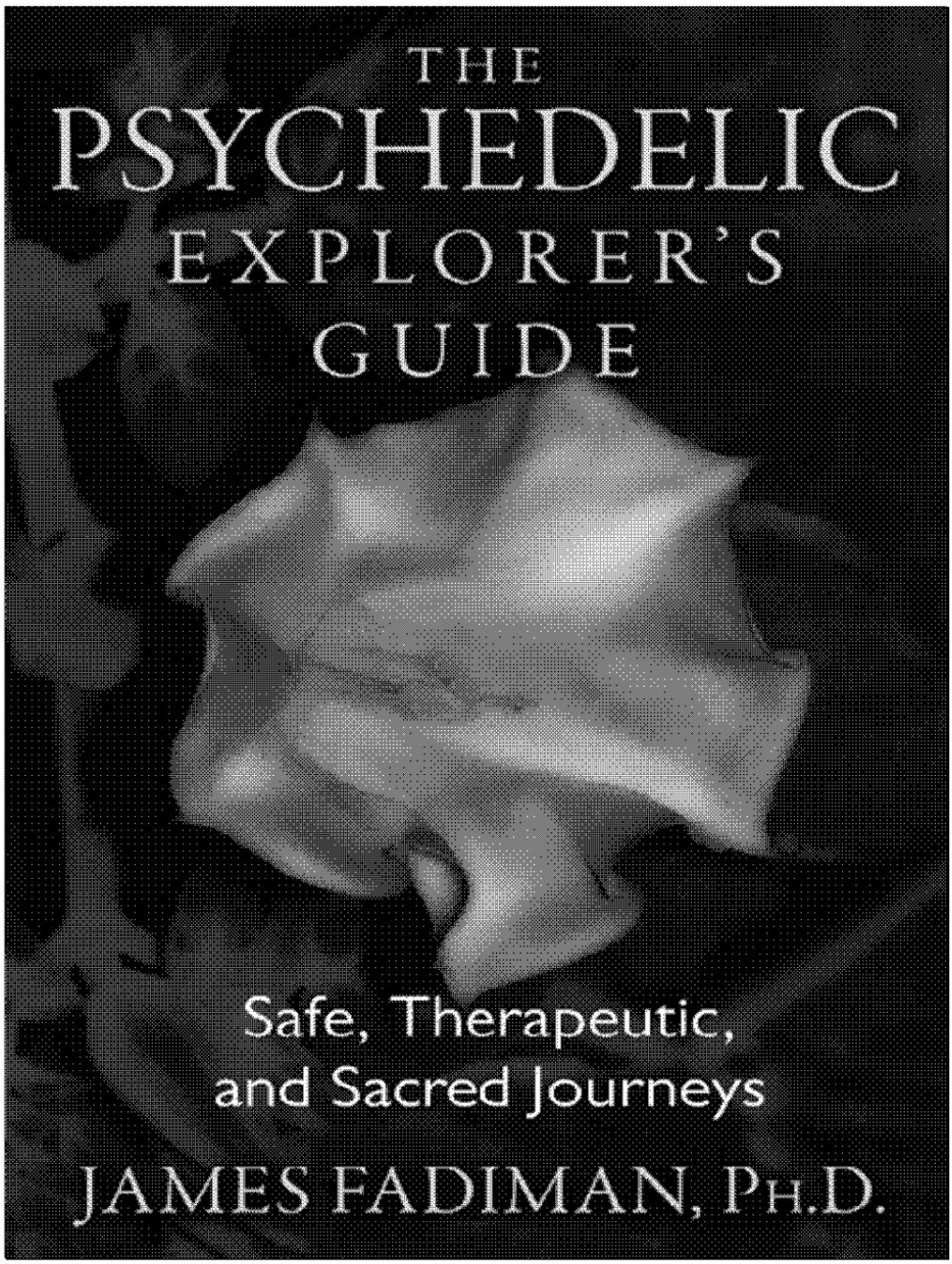
Machine Translated by Google



Machine Translated by Google

PSİKEDELLİK

KEŞİF KILAVUZU

"Psikedelik maddelerin terapi, kendini keşfetme, ruhsal arayışlar ve yaratıcı problem çözme potansiyeline ilişkin bilimsel araştırmaların önde gelen öncülerinden biri olan James Fadiman, güvenli ve üretken oturumlar için paha biçilmez bir rehber yazmıştır. Kırk yılı aşkın bir süredir dayanmaktadır. Yazarın bu alandaki deneyiminin bir parçası olan ve açık, kolay anlaşılır bir üslupla sunulan bu kitap, on yıllardır sansasyon avcısı gazeteciler ve korku temelli uyuşturucu karşıtı propaganda tarafından yayılan yanlış bilgileri ortadan kaldıran yeni bir soluktur. The Psychedelic Explorer's Guide'ın yayınlanması daha zamanında olamazdı, dünya çapında psychedelic araştırmalarına ilginin büyük bir rönesansı ile çakışıyor.Bu nedenle, sağladığı bilgiler yalnızca kendi kendine deney yapan yüz binlerce insan için değil, aynı zamanda yeni nesil psychedelic araştırmacıları için."

STANISLOV GROF, MD , YAZAR

LSD: SAYISINA AÇILAN KAPI

"James Fadiman, psychedelic altmışlı yılların Forrest Gump'ıydı. O inanılmaz zihin genişlemesi çağının ilk çiçek açmalarına tanık oldu, sonra eylem özellikle ilginç ve aydınlatıcı hale geldiğinde küçük rollerde boy göstermeye devam etti. Şimdi, yeni bir bilimsel araştırma dalgası sürüyordu. Bu yanlış anlaşılan maddelerin faydalı kullanımını anlatan Fadiman, yeni nesil entojenik kaşifler için pratik ve aynı zamanda ilham verici bir rehber kitapla geri döndü."

DON LATTIN. EN ÇOK SATAN YAZAR

HARVARD PSİKEDELLİK KULÜBÜ

Machine Translated by Google

"Bu, kutsal tıbbın 3 kullanımı için en düşünceli, bilge, yürekten ve temel talimatlardan bazıları ."

JACK KORNFIELD. YAZAR
KALPLİ BİR YOL

"Fadiman neyden bahsettiğini biliyor. İhtiyacımız olan kitap bu."

HUSTON SMITH, DÜNYA DİNİ VE
ALGI KAPILARININ TEMİZLENMESİ

Fadiman'ın psikedelik başyapıtı, konusuna yakından tarihsel, psikolojik-kültürel ve erişilebilir otoriter perspektiflerden yaklaşan bu eşsiz psikoaktif madde ailesinin etkilerini anlamak, deneyimlemek veya denetlemekle ilgilenen herkes için referans referansı oluşturuyor."

RICK STRASSMAN, MD , KLİNİK DOÇ.
YENİ MEKSİKA OKUL ÜNİVERSİTESİ'NDE PSİKİYATRİ
TIP VE DMT YAZARI: RUH MOLEKÜLÜ

"James Fadiman'ın el kitabı, kutsal bitkiler ve saykodelik maddeler aracılığıyla içlerindeki ilahiyi arayanlar için yararlı ve bilgili rehberlik sunuyor ."

DANIEL PINCHBECK, 2012 YAZARI : DÖNÜŞÜ
QUETZALCOATL VE KAFANIN AÇILMASI

"Sonunda, psikedeliklerin kullanıldığı dikkatli terapötik seanslar için pratik, sağduyulu bir el kitabı var; bu, en son bilim tarafından bilgilendirilmiş ve gizemli basmakalıp sözler tarafından dizginlenmemiş. Bu, kişisel dönüşüm için bir nimet ve yol boyunca sorunlardan kaçınmak için bir yol haritası olacak. kim kullanıyor. İyi yolculuklar!"

CHARLES HAYES, TRIPPING'İN YAZARI:
GERÇEK HAYAT PSİKEDELLİK MACERALARINDAN BİR ANTOLOJİ

Machine Translated by Google

"Son olarak! Sadece terapötik bir ortamda psychedelic kullanımı için değil, aynı zamanda daha da cesurca, psikospiritüel keşif ve bilişsel güçlendirme için kapsamlı bir rehber. Profesör Fadiman'ın yılların birikimli bilgisinin4 ve deneyiminin faydalarından yararlanmanın yanı sıra, psychedelic cognoscenti'deki 'kim kimdir' kadrosundan haber alın."

JULIE HOLLAND, MD , EDİTÖRÜ

POT KİTABI VE ECSTASY: TAM REHBER

"Psikedelikler yüzyıllardır yerli kültürlerin bir parçası olmuştur ve dünyanın birçok bölgesinde öyle kalmaya devam etmektedir. Doğru kullanıldığında, aydınlanma ve sezginin yanı sıra ruh ve İlahi olanla bağlantı için tek adımlı bir rehber sunarlar. Dr. Fadiman'ın kitabı şunları sunar: en iyisi bilgi ve rehberlik bugün mevcuttur. İç bilincin dünyasını keşfetmekle ilgilenen herkes bu çalışmayı vazgeçilmez bulacaktır."

NORM SHEALY, MD , PH.D., KURUCUSU

AMERİKAN BÜTÜNSEL SAĞLIK DERNEĞİ VE

RUH İLAÇLARININ VE 100 ÖTESİNDE YAŞAMIN HAZIRLANMASI

"Yirminci yüzyılda psychedelic uyuşturucuların yasaklanması, ne yazık ki, bilincin dini gizemlerine yönelik en umut verici ve derin araştırmayı kısıtladı. Bu cesur ve cesaret verici kitap, anayasal hakkımızı bu gizemleri keşfetmeye yönelik uzun bir yol kat ediyor. Bireysel sorumluluk ve zekayı teşvik ederek. Bu sözde sağlık reformu çağında James Fadiman, demokrasinin ve Amerikan rüyasının özü olan din özgürlüğümüzü geri almak için cesur ve canlandırıcı bir adım atıyor."

ROBERT FORTE, ENTHEOGENS VE GELECEĞİN EDİTÖRÜ

DİN VE TIMOTHY LEARY: DIŞARIYA BAKIŞ

Machine Translated by Google

"Psychedelic Explorer's Guide , cesur ve benzersiz bir şekilde değerli bir kitaptır. 1960'ların en saygın ve yenilikçi araştırmacılarından biri tarafından yazılan bu olağanüstü kitap, konuyla ilgili başka hiçbir kitapta bulunmayan konuları kapsar. Fadiman5 bize güzel bir şekilde yazılmış, Yaratıcılık, problem çözme ve psikospiritüel gelişim üzerine önemli erken araştırmaların kapsamlı bir özeti, hükümet fermanıyla trajik bir şekilde kesildi ve bir yol haritası oluşturma sürecinde normal işleyişi geliştirmek için eşik altı LSD dozlarının kullanımına ilişkin yeni araştırmalar psychedelic araştırmalarının geleceği için Psychedelic Explorer's Guide akıllıca patolojiye değil, sağlık için insan potansiyeline odaklanır ve bu nedenle bize bu dönüştürücü maddelerin psikolojinin ve toplumun geleceğini nasıl iyileştirebileceğini gösterir. Kanıta dayalı cilt, Fadiman araştırma ve Leary, Alpert (Ram Dass) ile çalışan kendi geniş kişisel deneyimlerinin bir kombinasyonunu kullanır.), Kesey ve psychedelic araştırma ve uygulamadaki diğer ufuk açıcı şahsiyetler, psychedelics'in toplumu dönüştürme ve üniter maneviyatı Batı medeniyetine yeniden entegre etme gücü sunduğuna dair ikna edici bir durum ortaya koymak için. Psychedelic Explorer's Guide , Fadiman'ın samimi, duygulu niyetini hemen okuyucuya taşıyan, bu önemli, olgun ve kesinlikle gerekli kitabı açtığı andan itibaren bütünleştiren ve dönüştüren alaycı bir mizahla yazılmıştır. Hayatlarımızı ve toplumumuzu iyileştirmek için psychedelics'in güvenli, etkili ve dönüştürücü kullanımıyla ilgileniyorsanız, bu kitabı okuyacaksınız.

Fadiman'ın The Psychedelic Explorer's Guide'ı , bu konuda yazılmış en iyi kitaptır ve mutlaka okunmalıdır.

Machine Translated by Google

bu

PSİKEDELLİK

KEŞİF KILAVUZU

Güvenli, Tedavi Edici ve Kutsal Yolculuklar

JAMES FADIMAN, DOKTORA

iiW

rm

Park Sokak Basın

Rochester, Vermont • Toronto, Kanada

Machine Translated by Google

Her yönden ortağım Dorothy için.

Diğerlerinin yanı sıra bu yolda bana yardım edenlere de teşekkür ederim: 1943'te sezgisiyle
hareket eden ve beş yıl önce "olduğu gibi" bir kenara bıraktığı liserjik asidin yirmi beşinci türevine tekrar bakmak için harekete geçen Albert Hofmann. özel ilgi yok."

On yılın harikalarına gözlerimi ilk açan Richard Alpert (Ram Dass)
bin dünya.

Beni o dünyaları geçip her şeyin birbirine bağlılığına götüren Willis Harman.

Ken Kesey, Tim Leary ve A1 Hubbard - her şeyi hem mümkün hem de imkansız kılan yapıların ve gönül rahatlığının yok edicileri.

Bana öyle geliyor ki, Atina'nızın ürettiği ve insan yaşamına katkıda bulunduğu birçok istisnai ve ilahi şey arasında, hiçbir şey o [Eleusis] gizemlerinden daha iyi olamaz. Çünkü onlar sayesinde kaba ve vahşi bir yaşam biçiminden insanlık durumuna geçtik ve uygarlaştık. Onlara inisiyasyon dendiği gibi, aslında onlardan hayatın temellerini öğrendik ve sadece sevinçle yaşamanın değil, aynı zamanda daha iyi bir umutla ölmenin de temelini kavradık.

MARCUS TULLIUS CICERO
ELEMENTLER 2.14.36

Machine Translated by Google

Burada yer alan hiçbir şey, yasa dışı davranışları teşvik etmeyi veya desteklemeyi amaçlamaz. Bununla birlikte, Amerika Birleşik Devletleri'nde psychedelics kullanımı yasadışı olsa da, hükümet araştırmacıları yirmi üç milyondan fazla Amerikalı'nın LSD kullandığını ve en azından dünya çapında çok daha fazla insanın kullandığını tahmin ediyor. Psychedelics'in yaygın olarak bulunmaya devam ettiği göz önüne alındığında, bu materyal, bu güçlü maddeler kullanılacaksa, psychedelics kullanmanın güvenli ve kutsal yollarını teşvik etmek için hazırlanmıştır.

Machine Translated by Google

TEŞEKKÜRLER

Pek çok insan bunun en iyi ihtimalle kısmi bir liste olduğuna yardımcı oldu.

Yazan öğretmenlerim ve arkadaşlarım:

Shelly Lowenkauf

leonard tierney

Psikedelik dünyanın üyeleri:

Sasha Shulgin

Aldous Huxley

Peter Webster

Alan Watts

Robert Forte

Robert Jesse

Huston Smith

Alicia Danforth

Uluslararası İleri Araştırmalar Vakfı'nda bana öğretenler:

Myron Stolaroff

Norman Sherwood

Don Allen

Charles Savage

Bob Lehigh

James Watt

Mary Allen

Robert Mogar

Gerçek akademik özgürlüğe kendini adamış ve o zamanlar pek popüler olmayan araştırmamı destekleyen profesörler:

Machine Translated by Google

Nevitt Sanford Jack Hilgard

Bu el yazmasının tamamlanmasına yardımcı olanlar:

Tony Levelle - benim akıllı editörüm Anthony
Austin - tüm eğitimime rağmen bu kitabın her satırının İngilizce yazılacağından emin olmaya kararlı olan yetenekli bir romancıydı . benim minnettarlığım kocaman.

Bilgi bulutlarını faydalı verilere dönüştüren Sophia Korb, Windmill Cafe Grill—düzenlemem ve yakıt ikmali yapmam için mükemmel bir yer yarattı

Inner Traditions ekibine özel teşekkürler. Her biriniz bu kitabı daha iyi hale getirdiniz.

Jon Graham - onu elde edecek kadar inanan
John Hays - yeniden adlandırılmasına yardımcı olan ve bana bu kararın arkasındaki bilgeliği gösteren
Güzel, dürüst bir kapak yaratan Peri Swan
Ceket kopyasını şarkı söyleten Erica Robinson
Jeffery Lindholm—neredeyse tüm hatalarımı kesin olarak düzeltti
Jeanie Levitan - her şeyi uygun hale getiren
Ve Anne Dillon'a bir buket teşekkür - harika, bilge, kelimeleri seven, yazar için yatıştırıcı editör

Machine Translated by Google

İÇİNDEKİLER

Teşekkür

Genel Bakış—Neden Bu Kitap?
Ve Sıkça Sorulan Sorular

Tüm Dünyanın Vizyonu
Stewart Markası

BÖLÜM BİR
Aşkın Deneyim: Enteojenik Seanslar

Birinci Bölüme Giriş

1 İçinizdeki İlahi Olanla Buluşmak
Birinci Bölüm : Gezginler ve Rehberler için Yönergeler
Kılavuzlar Birliği

2 Enteojenik Yolculuk
İkinci Bölüm: Gezginler ve Rehberler için Yönergeler
Kılavuzlar Birliği

Aşkın Deneyimin 3 Niteliği
Dört Baskın Özellik
Alan Watts

Psychedelic Öncülerin 4 Deneyimi
Kendi Sözleriyle
Albert Hofmann, Ph.D., Aldous Huxley, Stanislav Grof, MD, Timothy Leaiy, Ph.D., Richard Alpert (Ram Dass), Ph.D., Alexander Shulgin, Ph.D., Ralph Metzner, Ph.D. . ., Huston Smith,

Machine Translated by Google

Ph.D., Haham Zalman Schachter-Shalomi, Ph.D., Charles Tart, Ph.D., Frances Vaughan, Ph.D., Bill Wilson ve Peter Coyote

BÖLÜM İKİ

Psychedelic Seanslarda Kişisel Gelişim ve Kendini Keşfetme

İkinci Bölüme Giriş

Psychedelics'in 5 Terapötik Kullanımı

Psikoterapi ve İyileşme

6 Şey Ters Gidebilir Bilmeniz Gerekenler Neal Goldsmith, Ph.D.

7 Mit ve Yanlış Algılar

David Presti, Ph.D. ve Jerome Beck, Ph.D.

8 Tek Rehberli Seansların Terapötik Etkinliği

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Odaklanmış Oturumlarda Gelişmiş Problem Çözme

Üçüncü Bölüme Giriş

9 Çığır Açan Araştırma

Yaratıcı Kapasitelerin Seçici Artırılması Willis Harman, Ph.D. ve James Fadiman, Ph.D.

Gelişmiş Problem Çözme için 10 Kolaylaştırma

11 Vaka Çalışmaları

İki Mimar ve Altı Profesyonel

12 Grup Problem Çözme Oturumu

Machine Translated by Google

Willis Harman, Doktora

13 The Look Magazine Deneyi
California Sorununu Tasarlamak
George Leonard

14 Algı Kapılarını Kapatmak
Araştırmanın Bittiği Gün

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM
Yeni ufuklar

Dördüncü Bölüme Giriş

15 Alt Algısal Psikedelik Dozları Normal İşlevselliği İyileştirebilir mi?

16 Mevcut Kullanıcı Anketi
Bu , Uyuşturucularla İlgili Beyniniz

17 Kasıtsız Öncü
Kişisel Hesabım _

Psikedelikler için 18 Olumlu Olasılık
Geçici Kutlama Zamanı

BEŞİNCİ BÖLÜM
Gerekli, Olağanüstü ve Bazı Sert Çekirdekli Veriler

Beşinci Bölüme Giriş

19 Enteojenik Yolculuklar
Gezginler ve Rehberler İçin Bir Kontrol Listesi

20 LSD'nin Ötesinde—Çok Ötesinde

Machine Translated by Google

Ayahuasca Seansları ve Karanlık İnziva Yeri
Michael Wiese, "Anatole" ve Lindsey Vona

Psikedelik Terapiden Sonra 21 Davranışsal Değişiklik
Yüksek Doz Tek Seansların Kalıcı Sonuçları

22 Psikedelik Deneyimlerin Anket Çalışması
Willis Harman, Ph.D. ve James Fadiman, Ph.D.

Son sözler

Dipnotlar

Notlar

yazar hakkında

İç Gelenekler Hakkında

İlgili İlgi Alanları Kitapları

Telif hakkı

Machine Translated by Google

GENEL BAKIŞ—NEDEN BU KİTAP?

Ve Sıkça Sorulan Sorular

Don Juan'ın öğretilerinden, psikotropiklerin sıradan yorumların akışını durdurmak ve kesinliği parçalamak için kullanıldığını anlıyorum.

CARLOS CASTANEDA, SESLER VE VİZYONLAR

Neden Bu Kitap?

Her birimiz, bir mikrogram kimyasal, bir miligram mantar, ons alkollü içecek veya yanan tütün dumanı olsun, zihnimizi etkileyen şeyleri bedenimize koymaya kendimiz karar vermeliyiz. Bu kitap, psikedeliklerin, özellikle de LSD'nin faydalı kullanımlarını araştırıyor. Herhangi bir yasa dışı faaliyeti savunmaz.

Daha bilinçli olmak doğuştan gelen hakkınızdır. Din, bilim, tıp veya hukuk adına kimsenin gerçekliğin herhangi bir yönüne erişimini engellemek ne bireye ne de topluma hizmet eder. Kendini gerçekleştirme fırsatları bastırıldığında veya kaybolma tehlikesiyle karşı karşıya kaldığında, onları korumak ve restore etmek için ahlaki bir zorunluluk vardır. Bu kitap, farkındalığı artırmak için belirli bilgi, deneyim ve tekniklerin kaybolmaması için yazılmıştır.

Psychedelic Explorer's Guide , ruhsal bir arayışı ilerletmek, iyileşmek, kişisel keşif ve psikoterapi için ve bilimsel keşif ve buluşu kolaylaştırmak için psychedelics'in iyi araştırılmış kullanımlarını açıklar. Ortaya çıkan bir kullanıma ilişkin ilk raporu içerir: genel işleyişin iyileştirilmesi.

Kitap, bir psychedelic almayı veya sunmayı seçenlerin bunu daha büyük bir güvenle ve güvenle yapabilmeleri için ruhsal ve bilimsel oturumlar için yönergeler içerir. Bunlar

Machine Translated by Google

kılavuz ilkeler ayrıca daha önce psychedelics'i zevk, içgörü veya bilgelik için almış olanlara ve ayrıca onları hiç almamış olanlara da yardımcı olabilir.

> Normalde "gerçeklik" dediğimiz şey, yalnızca biyolojik donanımımızın, dilsel mirasımızın ve sosyal düşünce ve duygu uzlaşımlarımızın kavramamızı mümkün kıldığı toplam gerçeğin bir parçasıdır... LSD bize bir başkasını kesmemize izin verir. dilim dilim.

ALDOUS HUXLEY, MOKSHA

LSD ve birçok psychedelic bitki ve kimyasal madde şu anda Amerika Birleşik Devletleri'nde ve diğer birçok ülkede yasa dışıdır. Ancak, ABD hükümetinin kendi rakamlarına göre, 2006 yılına kadar, en az yirmi üç milyon kişi yalnızca Amerika Birleşik Devletleri'nde LSD'yi denemişti. Bu sayı her yıl yaklaşık dört ila altı yüz bin kişi tarafından artıyor.1 Son kırk yılda ne cezalar ne de bariz yanlış bilgiler kişisel deneyleri engellemiş gibi görünmüyor. Yanlış kullanımı azaltabilecek ve bilinen faydaları artırabilecek gerçek bilgiler yardımcı olamaz, ancak faydalı olabilir.

Gelecekte, yeterli eğitimi sağlamak için hem seküler hem de kutsal ortamlarda güvenli ve emniyetli psychedelic deneyim için araştırma ve eğitim merkezleri olmalıdır. akıllıca ve şefkatli kullanım için. Bu tür kurumlar, psychedelics'in binlerce yıldır hemen hemen her kültürde gösterilen özeni ve saygıyı geri getirecektir.

Bu maddelerin kullanımı için doğru bilgi ve eğitimin önündeki engeller nihayet kaldırılıncaya kadar, The Psychedelic Explorer's Guide gibi kaynaklar yardımcı olabilir .

Machine Translated by Google

Bir psychedelic'i nasıl ve ne zaman kullanacağınız kendi kararınızdır. Bu kitap daha bilinçli bir karar vermenize yardımcı olursa, amacına hizmet etmekten daha fazlasını yapacaktır. Eğer aptalca bir şey yapmanızı engelliyorsa, paha biçilmez değerde olacaktır.

Bu Kitabın İçeriği

Kıtalar, kültürler ve çağlar boyunca benzer olan şamanist raporlar ciddi bir şekilde ele alınacaksa, bazı bitkilerin, insanların doğal uyumunu korumak ve eski haline getirmek için gerekli görülen bilgileri iletmek için insanlarda belirli farkındalık durumlarını teşvik etme kapasitesine sahip oldukları görülmektedir . biyolojik krallıklar. Etnobotanikçi ve entojenik araştırmacı Terence McKenna ve diğerleri, medeniyetin bir dereceye kadar bu maddeleri yutanlar tarafından evrimleştiğini veya geliştirildiğini tahmin ediyor.

Bugün, bir zamanlar var olan uyum paramparça. Türümüz ve doğanın geri kalanı arasındaki bozulma hiç bu kadar geniş olmamıştı, etkileri hiç bu kadar belirgin olmamıştı. Stephen Harold Buhner, "Kendimizi Dünya'dan ve bitkilerden duygusal olarak koparak, bu bağları ve karşılıklı ilişkileri anlamamızı kaybettik" diye yazıyor.

1. Kısım, "Aşkın Deneyim", restorasyon güçlerini desteklemeye yönelik pek çok girişimden biridir. İlk iki bölüm, kutsal seanslarda nasıl idare edileceğine veya rehberlik edileceğine dair kılavuzlardır. 3. bölümde Alan Watts, enteojenik (Yunancadan, kelimenin tam anlamıyla "içten ilahi hale gelmek") bir deneyimi karakterize eden şeyin ne olduğunu açıklar. 4. Bölüm , bilinç bilimindeki önemli şahsiyetlerin erken psychedelic seanslarını hatırladıkları ve değerlendirdikleri 1. bölümü sonlandırıyor.

Bölüm 2, "Psikedelik Oturumlarda Kişisel Gelişim ve Kendini Keşfetme", iyi belgelenmiş verilere, araştırmalara ve deneyimlere dayanmaktadır. Mevcut araştırma rönesansı, daha geniş kapsamlı psikoterapötik kaygılara sahip olanlardan ziyade son derece ciddi fiziksel ve zihinsel rahatsızlıkları olan hastalara odaklanmıştır. İnsanların kokain ve eroin bağımlılığının üstesinden gelmesine yardımcı olan ibogainden (Batı Afrika'dan bir bitki), işkenceleri hafifleten ve yaraları iyileştiren MDMA'ya (ecstasy, ADAM, X ve diğer birçok isim) kadar.

Machine Translated by Google

Travma sonrası stres (destekleyici terapi ile birlikte), ileri evre kanserli hastaların kaygısını azaltan psilosibin için, akıllıca uygulandığına dair çok sayıda kanıt vardır1 [8],

bu maddeler bağımlılık, hastalık ve zihinsel ıstırabın neden olduğu ıstırabı azaltır.3 Bölüm 2 , ayakta tedavi gören yetişkin hastalarda ve kişisel keşifle ilgilenen sağlıklı, iyi işleyen bireylerde psychedelics'in daha erken ve daha yerleşik kullanımı hakkında bilgi içerir. Ayrıca David Presti ve Jerome Beck'in LSD'yi çevreleyen mitleri kapsayan bir bölümü de içeriyor. Psikoterapist Neal Goldsmith tarafından yazılan 6. Bölüm, işler ters giderse ve ters giderse ne yapılması gerektiğine dair bir kaynak kılavuzdur.

Bölüm 3, "Odaklanmış Oturumlarda Geliştirilmiş Problem Çözme", bilimsel ve teknik problemler için problem çözmeyi kolaylaştıran psychedelic oturumları kapsar. 1966'dan önce, ABD hükümeti neredeyse tüm araştırmaları sonlandırdığında, birkaç grup nasıl kullanılacağını öğrenmişti.

Bu maddeler, o zamandan beri ihmal edilmiş olsa da, yaratıcılığa yardımcı olmak için. Bölüm 3 , terapi veya manevi deneyim için tavsiyelerden oldukça farklı olan bu tür seansların yürütülmesinin bir tanımını içerir ve Willis Harman ve benim bu çığır açan araştırma hakkında bir bölümü içerir.

Willis Harman'ın 12. bölümü ve George Leonard'ın 13. bölümü de dahil olmak üzere 10'dan 13'e kadar olan bölümler , oturumlarda elde edilen bireysel ve grup sonuçlarının çeşitliliğini göstermektedir.

Psikedeliklerin özel kullanımı kültürümüzü çoktan değiştirdi. İki Nobel Ödülü sahibi, atılımlarını LSD kullanımlarına bağladı. Francis Crick, ölümünün yakınında, DNA'nın çift sarmalına ilişkin içsel görüşünün LSD'nin güçlendirildiğinin bilinmesine izin verdi. bu

Kimyager Kary Mullis, LSD'nin kendisine ödül aldığı spesifik DNA dizilerini yükseltmek için polimeraz zincir reaksiyonunu geliştirmesine yardımcı olduğunu bildirdi. 3. Kısımdaki son bölüm , hükümetin LSD araştırmasını durdurduğu19 gün başlayan kişisel hesabımdır .

4. Kısım, "Yeni Ufuklar", psychedelic kullanımının ortaya çıkan bazı yönlerini kapsar. Alt algısal dozların (10 mikrogram veya daha az) kullanıcıları, tartışılan şaşırtıcı sonuçları ortaya koymaktadır.

Machine Translated by Google

Şaşırtıcı bir şekilde, 16. bölümde açıklanan verilerin ötesinde, mevcut psychedelic kullanıcılarının uyuşturucu geçmişlerine ilişkin başka bir araştırma yapılmamıştır. Bu anketler sordu:

• Ne aldınız? (Birçok farklı madde mevcuttur.) • Neden (örn. sosyal, ruhsal, eğlence, arkadaşlarla birlikte olmak vb.)? • Ne gibi etkileri oldu?

• Size ne gibi yararları veya zararları oldu? • Gelecekteki niyetleriniz nelerdir (tekrar almak veya almamak)?

Bölüm 4 ayrıca psychedelics'in kariyerimi, kişiliğimi ve dünya görüşümü nasıl etkilediğini (bölüm 17) ve psychedelics için mevcut eğilimler ve olumlu olasılıklar hakkında bir bölüm (bölüm 18) içerir. Psikedelik keşfin ikinci dalgası başladı.

Bölüm 5, "Gerekli, Olağanüstü ve Bazı Sabit Veriler", daha özel ilgi alanlarını sunar. Bölüm 19'daki (1. ve 2. bölümleri özetleyen) kontrol listesi , tüm temellerin kapsandığından hızlı ve kolay bir şekilde emin olabilmek için ciddi bir şekilde rehber olmayı veya rehberli bir deneyim yaşamayı planlayan kişiler içindir. Bölüm 20 , Michael Wiese, "Anatole" ve Lindsey Vona'nın üç kişisel raporunu içerir. İlk iki rapor ayahausca oturumlarıdır. Üçüncüsü, on dört gün boyunca zifiri karanlıkta yaşanan derin bir mistik konaklamadır.

Beşinci bölümün son iki bölümü, bireysel örneklerle yetinmeyen, grup verilerini isteyen ve kendilerine verilmesini bekleyen veri severler içindir. Bölüm 21 , 5. bölümde anlatıldığı gibi, tek dozluk bir terapötik seanstan sonra belirli davranış değişikliklerini listeler . Willis Harman ve ben tarafından yazılan Bölüm 22, rehberli psikedelik deneyimlerle ilgili bir anket çalışmasının sonuçlarını listeler. Yanıtlar, insanların iyi yönlendirilmiş yolculuklara verdikleri değere dair çok sayıda kanıt sunuyor.

Gördüğünüz gibi, bazı bölümlere diğer araştırmacılar tarafından katkıda bulunulmuştur, ancak aksi belirtilmedikçe, bu kitaptaki bölümler benim tarafımdan yazılmıştır.
Anlatılmasını, öğretilmesini veya düzeltilmesini istediğiniz bir şey eksikse,

Machine Translated by Google

Çağdaş Zen bilgesi Scoop Nisker, "Haberlerden hoşlanmıyorsanız, dışarı çıkın ve kendinizden bir şeyler yapın" dedi. www.entheoguide.net adresindeki web sitesine ekleyin ve/veya www.psychedelicexplorersguide.com adresinden benimle iletişime geçin ve teşekkürlerimi kabul edin.

Sıkça Sorulan Sorular

1966'dan sonra, hükümet, diğer birçok uyuşturucuda olduğu gibi, genel popülasyonda kötüye kullanımını sınırlamaya çalışırken, tıbbi ve bilimsel psychedelic araştırmaları neden devam etmedi?

Başlangıçta, araştırmacılar araştırmanın devam etmesine neden izin verilmediğine şaşırdılar. Bir psikoterapi, bir öğretim, bir eğitim, bir prosedür veya bir ilaç olsun, görünüşte başarılı bir müdahalenin kullanımını kısıtlamak sağduyuyla çelişiyordu.

Kısmi bir cevap, insan düşüncesindeki radikal revizyonların, özellikle kendi yapısı veya statüsü tehlikede olabilecek herhangi bir kuruma kolay gelmediğidir. Örneğin, hipnoz bir operasyon sırasında ağrıyı azaltmak için ilk kez kullanıldığında, bir merak ya da sahte olarak görülüyordu. Tıp camiasındaki direnişi aşmak için İngiliz Doktorlar ve Cerrahlar Koleji'nin çok sayıda üyesinin huzurunda bir operasyon gerçekleştirildi. Hipnoz altındayken bir adamın bacağı kesildi. Hastanın bilinci açık kaldı ve işlem boyunca ağlamadı.

Katılan doktorlar ayrılırken, birinin diğerine, "Ne 1
düşündün mü?"

"Bence hasta numara yapıyor," diye yanıtladı diğeri.

Arkadaşı kabul etti.

Kısa bir süre sonra, eter keşfedildi ve çabucak etkili bir anestetik olarak kabul edildi, çünkü muhtemelen eylemi tamamen fizyolojikti ve bu nedenle daha önce kabul edilen herhangi bir inancın revizyonunu gerektirmedi. Hipnoz, psikiyatride bile temel tıp müfredatının bir parçası değildir.

Machine Translated by Google

Hipnoz için olduğu gibi, psychedelics kullanılarak erken, olumlu sonuçlar, inanamayarak alındı. ABD hükümeti, Merkezi İstihbarat Teşkilatı'nın LSD'nin bir silah olarak olası kullanımlarına ilişkin gizli araştırmasına cömert bir fon sağlasa da, psikedeliklerin terapötik kullanımlarına ilişkin araştırmaları asla desteklemedi.

Bugün, yeni nesil bilim adamları bu materyalleri araştırıyor ve yeni, daha açık fikirli bir nesil düzenleyiciler, birkaç küçük ama anlamlı çalışmayı tamamlamalarına izin verdi. Eğilim, daha fazla araştırmanın devam etmesine izin vermek gibi görünüyor.

Mistik maceralar, bilimsel buluşlar, terapi ve kişisel gelişim hakkında yazıyorsunuz, ancak psychedelics'i sadece eğlence için kullanmaktan bahsetmediniz.

Psychedelic Explorer's Guide , psychedelics'i eğlence veya eğlence için kullanmayı tam olarak tartışmıyor çünkü orada bilgiliden kanaatliye kadar çok fazla bilgi var ve bu kullanım alanına ekleyecek hiçbir şeyim yoktu.

Bu kitap, psychedelics kullanmanın bazı yollarını açıklar. Milyonlarca yıldır, doğal dünya ile uyum içinde olmayı arzulamak, kendi zihninizi merak etmek ve parçası olduğunuz temel birliği tanımak için ince ayar yapıldınız. Kendinizi keşfetmenizin bir parçası olarak psikedelik deneyimleri kullanmayı seçseniz de seçmeseniz de, kararınız bilinçli olmalıdır.

Machine Translated by Google

Tüm Dünyanın Vizyonu

Stewart Markası

"LSD'nin verebileceği sihrin en iyi örneğini bana verebilir misin?" diye sorduğumda. Stewart Brand'in bu deneyimini paylaşıyorum. Bir seans, bir kişi, 100 meg. Onun seansından dünyaya bakışımızı sonsuza dek değiştiren bir vizyon ortaya çıktı. Aşağıdaki alıntı, "Neden Henüz Tüm Dünyanın Bir Fotoğrafını Görmedik?" Editörlüğü Lynda 1967'de Salmon yapıldı ve Rolling Stone Press tarafından yayınlanan Altmışlar: O Zaman Yaşayan İnsanlar Tarafından Şimdi Hatırlanan On Yıl adlı kitaptan alınmıştır. www.smithsonianconference.org/expert/exhibit adresinde de bulunabilir. -salon/spi. İçinde, The Whole Earth Catalog'un kurucusu, editörü ve yayıncısı olan Stewart Brand, gezegen adına aktivizmini ve bunun, dünyanın uzaydan uzun zamandır onurlandırılan görüntüsünün yaratılmasını nasıl etkilediğini anlatıyor.

The Whole Earth Catalog'daki "tüm Dünya" yüz mikrogram liserjik asit dietilamid yardımıyla bana geldiğinde , Longshoreman's Hall'daki Geziler Festivali'nden bir ay sonra, Şubat 1966'ydı. San Francisco'nun Kuzey Sahili'nde çakıllı bir çatıda oturuyordum. yirmi sekiz yaşındaydım.

O günlerde, can sıkıntısına ve belirsizliğe verilen standart tepki, LSD'yi takiben görkemli entrikalardı. Böylece orada oturdum, soğuk öğleden sonra güneşinde bir battaniyeye sarılı, soğuk ve olgunlaşmamış duygularla titreyerek, San Francisco silüetine bakarak vizyonumu bekledim.

Binalar paralel değildi - çünkü toprak onların altında kıvrılıyordu, ben ve hepimiz... Buckminster Fuller, insanların dünyayı düz ve sonsuz olarak algıladıklarından ve tüm yanlış davranışlarının kökeninin nasıl bu olduğundan bahsedip duruyordu. Şimdi, üç kat ve yüz mikrofonluk irtifamdan, kavisli olduğunu görebiliyor , düşünebiliyor ve sonunda hissedebiliyordum.

Yayınlanmalıydı, dünyanın sorunları üzerindeki bu temel kaldıraç noktası. Rüzgar esip zaman geçtikçe titreyen düşüncelerimi bir araya topladım. Bir fotoğraf bunu yapabilirdi - dünyanın uzaydan çekilmiş renkli bir fotoğrafı. Orada, herkesin görebileceği bir şekilde, dünya tamamlanmış, küçücük, başıboş bırakılacaktı - ve hiç kimse bir daha hiçbir şeyi tamamen aynı şekilde algılamayacaktı.

NASA'yı veya Rusları nihayet kameraları geri çevirmeye nasıl ikna edebilirim? Bir düğme yapabiliriz! "Tüm Dünya'nın fotoğrafını çek" talebini içeren bir düğme. Hayır, büyük Amerikan paranoya kaynağını kullanmamız ve bunu bir soru haline getirmemiz gerekiyordu: "Neden tüm Dünya'nın fotoğrafını çekmediler?"

Machine Translated by Google

Ama "bütün" ile ilgili bir sorun vardı ve "onlar" ile ilgili bir sorun vardı.

"Neden henüz tüm Dünya'nın bir fotoğrafını görmedik?" Ah. Bu kadardı!

Ertesi gün birkaç yüz düğme ve poster basılmasını emrettim. Bunlar yapılırken San Francisco kütüphanesinde ilgili tüm NASA yetkililerinin, Kongre üyelerinin ve sekreterlerinin, Sovyet bilim adamları ve diplomatlarının, BM yetkililerinin, Marshall McLuhan ve Buckminster Fuller'ın adlarını ve adreslerini arayarak birkaç saat geçirdim. .

Düğmeler hazır olduğunda onları gönderdim. Sonra, önünde küçük bir satış rafı olan bir Day-Glo sandviç tahtası hazırladım, beyaz bir tulum, çizmeler ve kristal bir kalp ve çiçeklerle tamamlanmış kostüm silindir şapkamla kendimi süsledim ve Sather Kapısı'nda ilk kez sahneye çıktım. Berkeley'deki 24 California Üniversitesi'nden düğmelerimi tanesi yirmi beş sente satıyordum.

Mükemmel gitti. Dekanın ofisi beni kampüsten attı, San Francisco Chronicle bildirdi ve yayınımı yaptım.

Geri dönmeye devam ettim. Sonra Stanford'a ve ardından Columbia, Harvard ve MIT'ye daldım. "Kim Cehennem bu mu?" diye sordu bir MIT dekanı, öğrencilerinin kalabalığının düğmelerimi satın almasını izleyerek.

MIT hocası olan ağabeyim Pete, "Bu benim kardeşim" dedi.

Nisan 1970'teki ilk Dünya Günü'nün, Aralık 1968'de Apollo 8 görevinde astronotlar tarafından tüm Dünya'nın uzaydan renkli fotoğraflarının çekilmesinden bu kadar kısa bir süre sonra gelmesi, tarihin bir tesadüfü değildir. O perçinleyen Dünya fotoğrafları her şeyi yeniden çerçeveledi. .

İnsanlık kendini ilk kez dışarıdan gördü. Uzaydan görünen özellikler, canlı mavi okyanus, canlı yeşil-kahverengi kıtalar, göz kamaştırıcı kutup buzu ve yoğun bir atmosferdi; hepsi, sert vakumlu uzayın uçsuz bucaksız uçlarında narin bir mücevher gibi yerleştirilmişti. İnsanlığın yaşam alanı küçük, kırılgan ve nadir görünüyordu.

Aniden insanların ilgilenmesi gereken bir gezegeni oldu. Tüm Dünya'nın uzaydan çekilmiş fotoğrafı, ekoloji hareketi, küresel politika anlayışı, küresel ekonominin yükselişi vb. birçok davranışın oluşmasına yardımcı oldu. Bence tüm bu fenomenler, bir anlamda, dünyanın uzaydan çekilmiş fotoğrafıyla meydana gelmesine izin verildi.

Machine Translated by Google

Dünya'nın bu fotoğrafı, 24 Aralık 1968'de Apollo 8 mürettebat üyesi Bill Anders tarafından çekildi .
Görüntü NASA'nın izniyle sağlanmıştır.

Machine Translated by Google

BÖLÜM BİR

T

ŞAŞIRTICI DENEYİM

Enteojenik Seanslar

Machine Translated by Google

Birinci Bölüme Giriş

Benliğin içinde bir kapı vardır. Bu kapı açıldığında, tüm varlıkları kuşatan ve tüm sınırları aşan bir birlik ortaya çıkar. Her kültürde ve her çağda her dini sistemdeki mutasavvıflar bunu en yüksek hakikat olarak bildirmişlerdir. Böyle bir deneyime sahip olanlar, devletin anlaşılması zor olduğu ve genellikle yalnızca parçalar halinde hatırlandığı konusunda hemfikirdir. Ancak, bu vizyoner anlayışın bir anını bile elde etmiş olanlar, onu hesaplanamaz bir değer olarak görürler.

Kültürler, bu birleştirici durumu kavramak için düzinelerce yol geliştirmiştir. Yollar fiziksel kısıtlamaları, dua döngülerini, meditasyonu, adanmışlıkları, nefes alma ritüellerini ve fiziksel duruşları içerir. Önemli sayıda bitkiler diğer uygulamalarla birlikte kullanılmıştır. Bazıları için, bir psychedelic kullanımı, deneyimi şüpheli hale getirir. Ama dağa nasıl çıkılırsa çıkılsın zirveden manzaranın aynı olduğuna inananlarımız var. Bu manzaradan ve tırmanıştan ne kazanılacağı, her zaman olduğu gibi, kişinin bu anları hayatına nasıl dahil ettiğine bağlı olacaktır.

Bir insan böyle değişebilir: üzüm yaprağı yemeye
bağımlı bir solucan var.

Aniden. Uyanır, buna lütuf deyin,
her neyse, bir şey onu uyandırır ve artık
bir solucan.

O bütün bağdır, meyve bahçesi
de, meyveler, gövdeler, ihtiyaç duymayan büyüyen bir bilgelik ve neşe.

yutmak.

RUMİ, "SOLUNUM UYANIYOR"

Machine Translated by Google

(COLEMAN BARKS TERCÜME)

Machine Translated by Google

İÇİ İLAHİYLE TANIŞMAK

Birinci Bölüm: Gezginler ve Rehberler için Yönergeler

KILAVUZLAR KILAVUZU a

Daha büyük bir vizyona sahip olan başkalarıyla iletişim için neredeyse şehvetli bir özlem var.
Bilincin evrimini ilerletmekle uğraşanlar arasındaki dostlukların muazzam şekilde gerçekleşmesi,
tarif edilmesi neredeyse imkansız bir niteliğe sahiptir.

PIERRE TEILHARD DE CHARDIN

Bu Materyal Neden Oluşturuldu?

Bir psychedelic alan ve yönlendirildiği gibi yönlendirilen yaklaşık yüz kişi üzerinde yapılan bir çalışmada bu bölümde özetlenen, yüzde 78'i "Hayatımın en büyük deneyimiydi" dedi.
Bu yanıt, daha önce birçok kez psychedelic almış kişiler için bile geçerliydi. Bu bölüm, yeterli psikedelik materyale sahip deneyimli bir rehbere sahip olmanın ve destekleyici bir ortamda olmanın nasıl fayda sağlayacağını açıklamaktadır.

Bir psikedelik kullanarak ruhsal veya enteojenik bir deneyim yaşamayı umut eden birçok insan, bu bilinç seviyelerine nasıl ulaşılacağını ve bu bilinç seviyelerine nasıl açık kalacağını bilmiyor. Ve bu yolculukta başkalarına yardım etmek isteyen çok az insan, etkili rehberler olarak nasıl hizmet edileceğinin öğretilmesi avantajına sahip oldu. Bu bölüm, rehberlere ve yolculara faydalı, denenmiş öneriler sunmak için yazılmıştır. Yönergeler, eğlenceden ziyade manevi kullanımı teşvik etmeyi amaçlamaktadır.

Bu bölüm, son kırk yıldır ihtiyatlı bir şekilde, maksimum düzeyde güvenli ve kutsal olanı kolaylaştırmak için çalışan bir dizi psikedelik rehberin içgörülerini bir araya getiriyor.

Machine Translated by Google

entojenik deneyimler. Bu derleme, artan ruhsal anlayışı desteklemek ve olumsuz deneyimleri en aza indirmek için hazırlanmaktadır.

Hiç rehberli bir seansa katılmamış olan kişilerin çoğu, psychedelic deneyimlerinin hayatlarını nasıl etkilediğini ve iyileştirdiğini takdir ediyor. Bununla birlikte, bilgili bir rehberin varlığı, genişlemiş bilinç seviyelerine ulaşma ve deneyimleri hatırlama ve bütünleştirme olasılığını büyük ölçüde kolaylaştırır.

Bir rehberin deneyimin kalitesinde önemli bir fark yaratması gerçeği, psychedelics ve neredeyse tüm diğer ilaçlar arasındaki farkı vurgulamaktadır. Bu fark, yalnızca bitkinin veya "ilacın" kişiyi daha geniş bir deneyim yelpazesine açması değil, aynı zamanda deneyimlerin yönü, içeriği ve genel kalitesinin odaklanabilmesi9 ve rehberlikle geliştirilebilmesidir.13

Spiritüel psikedelik seanslar için mümkün olan en iyi ortamı oluşturmak için, bu deneyimlerin doğasını ve değerini en çok etkileyen altı temel faktörü akılda tutmak çok önemlidir:

• Ayarlamak

• Ayar •
Madde ve miktar (doz) • Bakıcı ve
rehber • Seans

• Durum

Sözlük

Entheogen: Maneviyat olasılığını artırmak için özel olarak kullanılan herhangi bir psychedelic deneyim.

Etimoloji: "Tanrı'nın bilinmesine veya bilinmesine neden olan" anlamına gelen Yunanca bir terimden türetilmiştir. bireyin içinde yaşanır."

Machine Translated by Google

Rehber: Psikedelikler kullanan ve kullanmayan, önemli ölçüde kişisel deneyime ve değişmiş bilinç durumlarına ilişkin bilgiye sahip biri. Bir rehber, diğerlerinin enteojenik durumların tamamını deneyimlemelerine yardımcı olur ve deneyimler zorlu olduğunda destek sağlar. Bir rehberin seans sırasında psychedelic veya başka herhangi bir uyuşturucu veya alkol almadığı varsayılır - seanstan önce veya seans sırasında.

Psychedelic: Doğal ve sentezlenmiş bilinçli değiştirici maddelerin spektrumu için genel terim. Bunlara LSD-25, meskalin (ve meskalin içeren peyote kaktüsü) ve psilosibin (ve psilosibin içeren mantarlar) ile diğer bitki ve maddeler dahildir. Öncelikle, genellikle en güçlü psychedelic olarak kabul edilen ve en geniş deneyim yelpazesine erişimi kolaylaştıran LSD-25'e (burada kısaca LSD denir) odaklanacağız. (İlgili psychedelics hakkında bilgi için kılavuzdaki "Doz" bölümüne bakın.)

Seans: Bir yolculuk süresi (altı ila on iki saat).

Set: Yolcu ve rehberin hazırlığı ve beklentileri.

Ortam: Çevre, öncelikle fiziksel, aynı zamanda mekanın atmosferi oturumun kendisi.

Bakıcı: Bakıcı ve rehber terimleri bazen birbirinin yerine kullanılır. Burada bakıcı, bir seanstan sonra ve aynı zamanda ilk yeniden giriş döneminde yolcuyla ilgilenen, çoğu zaman yakın bir arkadaş olmasa da, kişidir.

Durum: Deneyim sonrası entegrasyon. Mevcut ilişkiler ve destek, özellikle bir seanstan sonra (örn. ev, iş, arkadaşlar, çevre).

Madde: Yolculuğu kolaylaştırmak için kullanılan özel psychedelic.

Voyager: Bir psychedelic alan kişi.

Rehberli Oturum için Hazırlık

Birlikte çalışmaya karar verildikten sonra, rehber U3°'nin bir seansı nasıl yönettiğine aşina olsa bile, hem gezgin hem de rehber için konuyu gözden geçirmesi faydalı olacaktır.

Machine Translated by Google

1. ve 2. bölümlerdeki öneriler Her birinin önemli gördüğü bölümleri gözden geçirerek, birlikte niyetlerini daha iyi hizalayabilir ve uyumlarını artırabilirler.

Neden Rehber?

Çoğu insan için, bir seans sırasında baskın duygu, yeni, yabancı veya yabancı bir şey keşfetmek değil, kişinin kendi zihninde saklı olan tartışılmaz bir netlikle yeniden hatırlamak ve yeniden birleşmesidir. Deneyimin yoğun kişisel doğasına rağmen, bir rehberin önemi göz ardı edilemez. Kendine uyanma deneyimi sırasında, sizi destekleyen biriyle birlikte olmak paha biçilmezdir. Rehberiniz araziyi bilir, nerede olduğunuzu hissedebilir ve uygun olduğunda size tavsiyede bulunabilir veya sizi uyarabilir.

Bir "uyuşturucu deneyiminden" değil, bu maddeleri aldıktan sonra kendi iç dünyalarınıza en iyi nasıl açılacağından ve çok çeşitli deneyimlerden nasıl yararlanılacağından bahsettiğimizi vurgulamamız yeterli. Psikedeliklerin diğer uygulamalarla ilgili rolünü tartışan bir rehberin sözleriyle, "Yoğun uygulamadan da erişilebilen ve yoga, meditasyon, oruç ve diğer disiplinler yoluyla keşfedilebilen odaklanmış dikkati geliştirir." Görünüşte evrensel olan bu açılma, genellikle kişinin benliğini sonsuz bir enerji ve anlayış akışıyla yeniden birleştirmesi olarak deneyimlenir.

İlk psychedelic deneyimleri hakkında yazan yazar ve filozof Aldous Huxley, "şeylerin artan önemi" hakkında konuştu. Sayısız kez gördüğü, ancak nadiren fark ettiği nesneler onu ilk kez sanki büyüledi. Psychedelic, önceden sıradan öğeleri bir fikir, hatıra, duygu ve tutum okyanusuna bağlayarak sayısız bağlantıyı görmek için zihnine daha özgür bir oyun verdi. Huxley ayrıca, var olduğunu ancak zihninde fark edilmediğini hissettiği canlı vizyonları ve antik arketipsel takımyıldızları da tanımladı.

İlk önemli Amerikalı psikolog William James, birçok farklı ruhsal buluşu gözden geçirdikten sonra, özellikle enteojenik deneyim için geçerli olan şu sonuca varmıştır:

Machine Translated by Google

> O zaman aklımda bir sonuç vardı ve onun doğruluğuna dair izlenimim o zamandan beri sarsılmadı. Normal uyanık bilincimiz, bizim adlandırdığımız şekliyle rasyonel bilinç, özel bir bilinç tipinden başka bir şey değildir. Her ne kadar en filmli ekranlarla ayrılmış olsa da, tamamen farklı potansiyel bilinç biçimleri vardır. Onların varlığından şüphelenmeden hayatı yaşayabiliriz; ama gerekli uyaranı uygulayın ve bir dokunuşta, muhtemelen bir yerde uygulama ve adaptasyon alanına sahip olan tüm tamlığıyla, belirli zihniyet türleri ile oradalar. Evrenin bütünlüğü içinde hiçbir açıklama nihai olamaz, bu da diğer bilinç biçimlerini tamamen göz ardı eder."

LSD'yi yaratan ve onun enteojenik potansiyelini keşfeden kimyager Albert Hofmann, James'in ifadesini yineledi. "İlk planlanmış LSD deneyi bu nedenle çok derinden hareketli ve endişe vericiydi, çünkü o zamana kadar tek gerçeklik olarak düşündüğüm gündelik gerçeklik ve onu deneyimleyen ego, çözülmüş ve bir

tanıdık olmayan ego başka bir tanıdık olmayan gerçekliği deneyimledi.'"

İlk Deneyimler Kişinin

ilk tam cinsel deneyiminin sevgi dolu ve zevkli olacağını umması doğaldır.
Ancak, birçok insan için bu inisiyasyon garip ve rahatsız edici, hatta travmatik olabilir. Ne yazık ki, kendi kendine uygulanan psychedelics ayrıca ciddi şekilde rahatsız edici, uzun süreli etkilere sahip olabilir. İyi yapılandırılmış bir seans, erken dönem psychedelic deneyiminin anlamlı, sağlıklı ve yaşamı zenginleştirme olasılığını çok daha yüksek hale getirir.

Bir Yolculuğa Rehberlik Etmek İçin Bilmeniz Gerekenler

Set: Seansa Hazırlık

Voyager için öneriler

Mümkünse, bir yolculuğa üç günlük bir süreç olarak yaklaşın.4 İdeal olarak, ilk gün sessiz ve telaşsız kalın. Hazırlık gününün bir kısmını geçirerek, öz-yansıtma için zaman ayırın

Machine Translated by Google

doğada. İkinci günü tüm gün seans için ayırın. Deneyimi bütünleştirmeye başlamak ve keşiflerinizi ve içgörülerinizi kaydetmek için seanstan sonraki günün mümkün olduğunca çoğunu almaya çalışın.

Seanstan önce, psychedelic deneyimler, kutsal bitkiler ve genel olarak entheogenler hakkındaki kişisel önyargılarınızı netleştirmek akıllıca olacaktır. Ek olarak, mistik deneyim, kozmik bilinç veya ortaya çıkabilecek başka herhangi bir şeyi duymuş olabileceğiniz anlayışınızı düşünün ve üzerinde düşünün. Beklentilerinizi, endişelerinizi ve umutlarınızı rehberiniz veya rehberlerinizle paylaşın. Bu, seans sırasında birbirinizle uyum içinde kalmanıza yardımcı olacaktır.

Olası deneyimlerin çeşitliliğini önceden tartışmak, oturumun kendisinin daha sorunsuz geçmesini sağlar. İster acemi ister deneyimli bir gezgin olun, sizin için tamamen yeni olabilecek içsel deneyimler meydana gelebilir. Bunlar şunları içerebilir:

• Kademeli geometrik formlar ve renkler (genellikle seansın başlarında) • Hissedilen zamanın değişmesi ("saat zamanının" genişlemesi ve/veya daralması) • Sanki başka bir gerçeklikte yaşamış veya yaşıyormuşsunuz gibi kendinizi farklı bir gerçeklikte bulma zaman veya yer
• Her iki cinsiyetten farklı bir bedende olmak • Hayvan, bitki veya mikroorganizma olmak • Kendi doğumunuzu deneyimlemek

Bir seans ilerledikçe, kendinizi bazılarının "ruhların varlığı" olarak adlandırdığı varlıklarla karşılaşmanız nadir değildir. Çoğu durumda, bu toplantılar olumludur.
Ancak, üzülür veya korkarsanız, rehberinize bildirin.

Psikedelik yolculuğunuz sırasında meydana gelebilecek kavrayışların faydasını en üst düzeye çıkarmak için, öğrenmeyi, deneyimlemeyi, anlamayı veya çözmeyi umduğunuz şeyleri önceden yazmak paha biçilmezdir. Yazdıklarınız seans sırasında ve sonrasında size ve rehberinize açık olmalıdır. Bazı deneyimli rehberler, bir

Machine Translated by Google

voyager, aslında, seansın yönünü düzenlemek için önceden az sayıda soru seçerek kendi yolculuğunu yönlendirebilir. Kişi bu fırsatı çok özel psikolojik, ruhsal veya sosyal kaygılara odaklanmış bir araştırma için kullanabilir. Aynı zamanda, kişi bir durumdan kaynaklanan her şeyle ilgilenmeye açık olabilir.

yeni karşılaşma.

Soruları netleştirmeye ek olarak, bazı insanlar için hedeflerinizi belirlemenize yardımcı olur. Hedefleriniz manevi olabilir: geleneğinizin veya başka bir geleneğin yönleriyle doğrudan deneyime sahip olmak, önceki inançları aşmak, hatta inancın kendisini aşmak. Kimliğiniz ve diğer her şey arasında hiçbir ayrımın olmadığı, "birlik deneyimi" denen şeye sahip olmayı umabilirsiniz.

Hedefleriniz sosyal olabilir: eşiniz, çocuklarınız, kardeşinizle olan ilişkilerinizi geliştirmek^3 ebeveynler, meslektaşlar, arkadaşlar ve manevi ve laik kurumlar.

Hedefleriniz psikolojik olabilir: nevrotik kalıplar, fobiler veya çözülmemiş öfke veya keder hakkında fikir edinmek. Bu alanlarda çalışmak istediğinizi biliyorsanız, bu yönergeler yetersiz olabilir. Bu hedefler için ek hazırlık yapılması önerilir ve psikolojik eğitimi olan bir rehberle çalışmak en doğrusu olacaktır.

Çoğu durumda bir oturuma tek bir kişi rehberlik ettiğinden, bu materyal sanki tek bir rehber varmış gibi yazılmıştır. İdeal olarak, mümkünse, bir erkek ve bir kadın olmak üzere iki rehber olmalıdır. Zaman zaman ve tahmin edilemez bir şekilde, bir gezgin bir cinsiyetin veya diğerinin desteğini tercih edebilir. İki rehberin olması rehberlerin rehberlik işini kolaylaştırır ve seans sırasında kısa molalar vermelerini sağlar. Hem erkek hem de dişi enerjilerin varlığı en uygun durumdur.

Rehber için Öneriler Birine
saykodelik bir yolculukta rehberlik etmek kutsal bir iştir. Seansın maksimum düzeyde güvenli ve faydalı olmasını sağlamak, yolcunun kişiötesi veya aşkın durumlara girme olasılığını artırmak, zorlukları en aza indirmek ve onurlandırmak için oradasınız.

Machine Translated by Google

sana duyulan güven. Mükemmel bir rehber olmak için çok fazla özel bilgiye sahip olmak gerekli değildir. Temel ön koşullar şefkat, sezgi ve sevgi dolu nezakettir.

Bununla birlikte, bu niteliklere ek olarak, belirli alanlarda temel bilgilere sahip olmak değerlidir: olası etkilerin aralığı, çeşitli manevi geleneklerin temel ilkeleri ve yolcuyla faydalı fikirlerin ve kavramların nasıl ve ne zaman paylaşılacağına dair bir anlayış. Doğru anlardaki önerileriniz, yolcunun önemli bir keşif yapmasına veya önemli bir içgörü elde etmesine yardımcı olabilir.

Etki aralığı: Herhangi bir psikedelik deneyim, vecdden dehşete kadar çok çeşitli tepkiler, tepkiler, vizyonlar ve içsel dramalar içerebilir. Bazen, yolcuya, rahatsız edici olsa bile belirli bir deneyimin normal olduğuna ve geçeceğine dair güvence vermeniz gerekebilir. Diğer durumlarda, bir kişinin fiziksel bir semptomla başa çıkmasına yardım etmeniz gerekebilir. Nadiren dışarıdan yardım almak gerekebilir. Psikedelikler hakkında önemli miktarda dezenformasyon dolaştı. Bu nedenle, herhangi bir yolculuğa hazırlığın bir parçası olarak, psikedeliklerin etkileri hakkında doğru olmayan fikirleri ortadan kaldırmak esastır. LSD ve diğer zihin genişletici maddeler hakkında yanlış bilgilerin tartışıldığı iyi hazırlanmış bir site http://en.wikipedia.org adresinde bulunabilir. ve "yasadışı uyuşturucularla ilgili şehir efsanelerini" araştırıyor. Ayrıca bkz. www.snopes.com.

Merkezde kalmak: Bir rehber olarak ne kadar merkezde olursanız, o kadar etkili olursunuz. Kendiniz ve rehberlik ettiğiniz kişi hakkında ne kadar çok şey bilirseniz, seans boyunca merkezlenmiş ve sakin kalma olasılığınız o kadar artar. Kendiniz daha rahat olduğunuzda, yolcunun bir farkındalık durumundan diğerine geçişi daha kolay olacaktır. Timothy Leary ve Richard Alpert (Ram Dass), farklı ortamlarda yüzlerce seansı gözden geçirdikten sonra, Harvard'da öğretmenlik yapmaya devam ederken, çoğu durumda rehber kararsız, kararsız veya üzgün olduğunda bir yolcunun sıkıntılı olduğu sonucuna vardılar.

Machine Translated by Google

Kutsal gelenekler: Gezginler kendi dini yönelimleriyle başlayabilir veya başlamayabilir.
Ek olarak, bir seyyahın, kendi gelenekleri dışındaki geleneklerde tarif edilen varlıklarla karşılaşması veya bilinç durumlarını deneyimlemesi alışılmadık bir durum değildir. Ortaya çıkan herhangi bir geleneğe destekleyici ve saygılı olmaya hazırlanarak bu tür karşılaşmalarla ilgili herhangi bir endişeyi azaltabilirsiniz. Her geleneğin kendi sembolleri ve daha yüksek devletlerin tanımları olduğundan, bunların hepsini bilmeniz pek olası değildir. Tüm geleneklerin en yüksek seviyeleri özünde aynı olabilir, ancak her bireyin değişmiş durumları kavrama ve bütünleştirme kapasitesi benzersiz olacaktır.

Örneğin, Tanrı'ya daha yakın olmaya yönelik bu yaklaşımların her biri farklı bir gelenekten kaynaklanmaktadır: Tanrı'nın farkında olmayı ve yine de ayrı kalmayı istemek; Tanrı'yı sevmeye ve onunla etkileşime geçmeye, ancak kişisel kimliğini kaybetmemeye duyulan özlem; ya da Tanrı ile çözülüp birleşerek. Yolcunun manevi veya dini deneyim konusundaki ilk niyetini desteklemeniz, başlamak için mümkün olan en iyi yoldur. Ancak, desteğinizi yolcunun değişen deneyimleriyle de yeniden düzenlemeye istekli olun. Başka bir deyişle, meydana gelen her şeye açık ve hazır kalın.

Yolculuk sırasında bir yolcunun gerçeklik duygusunu genişleten herhangi bir deneyime faydalı bir yanıt5 seans, o kişiyi nazikçe "Evet! Bu iyi" diyerek daha derine inmeye davet etmektir.
Daha fazlasını bilmek ister misiniz?" Bir gezgin kendini güvende hissettiğinde, daha yükseklere ulaşma ve aynı zamanda deneyimi hatırlama ve bütünleştirme kapasitesi büyük olasılıkla olur.
Korkuyla çalışmak: Bir gezgin, değişen durumlarla sınırlı deneyime sahipse, tanıdık kimlik boyutları çözülmeye başladığında korkabilir. Bir rehber, hazırlığın bir parçası olarak bu olasılığı tartışarak bu korkuyu hafifletebilir.

Bir gezgin doğrudan karmaşık bir hatıralar, arzular, güvensizlikler ve çözülmemiş iç bağlara baktığında, korkmak doğal bir tepki olabilir. Güven verici olun; korku duygusunun normal olduğunu ve geçeceğini açıklayın. Güvenceleriniz, bireyin korkuyu daha kolay işlemesini mümkün kılacaktır.

Korku dolu anlarda nazik bir dokunuş kullanabilir ve derin nefes almayı önerebilirsiniz.
Derinlik veya nefes alma düzenindeki herhangi bir kaymaya dikkat edin. Sığ nefes alma veya nefes nefese kalma

Machine Translated by Google

direnci gösterirken, derin, daha yavaş nefes alma genellikle bir bariyer çözülürken meydana gelir.

> Etnosentrik bir gelişim aşamasındaysanız ve her şeyle bir olmanın birlik-durumu deneyimine sahipseniz, bunu İsa ile birlik deneyimi olarak yorumlayabilir ve İsa'yı kişisel kurtarıcıları olarak kabul etmedikçe hiç kimsenin kurtarılamayacağı sonucuna varabilirsiniz. Benmerkezci bir aşamadaysanız ve aynı deneyime sahipseniz, kendinizin İsa olduğuna inanabilirsiniz. ...bütünsel bir aşamadaysanız ...muhtemelen sizin ve istisnasız tüm canlı varlıkların ruhta bir olduğunuz sonucuna varırsınız.
>
> KEN WILBER, ŞEFFAF DEVRİM

Kılavuzlar için Sık Karşılaşılan Sorunlar

Niyetler: Seans başlamadan önce yolcu ve kendiniz için kendi umutlarınızı ve korkularınızı gözden geçirin. Belirli bir sonucu amaçlamamaya veya umut etmemeye dikkat edin. Göreviniz, yolcunuzun yolculuğu için yer tutmak, hedefleri belirlemek değil.

Bakış açısı: Rehberlik ettiğiniz kişinin belirli konularda, özellikle de manevi konularda sizinle aynı fikirde olmasını umabilirsiniz. Bunu istemek doğaldır (sonuçta insansınız), ancak seans sırasında bu fikirleri ifade etmek dikkat dağıtıcıdır. Kendi bakış açınızın nesnelliğinizi engelleyebilecek bir sorun olabileceğini düşünüyorsanız, bunu önceden tartışın .

Yolcuyla İlişki: Yolcunun sevgilisi veya eşiyseniz, o kişinin rehberi olmadan önce dikkatlice düşünün. İlişki ikiniz için de sorunsa, başka birinin rehber olmasına izin verin. Sizde ya da yolcuda cinsel duygular ortaya çıkarsa (ve çoğu zaman ortaya çıkarlar), deneyimin herhangi bir bölümünde olduğu gibi duyguların var olmasına izin verin.

Ancak, istense bile cinsel olmayın. Enteojenik bir ortamda, herhangi bir eylemde bulunma yolcunun deneyimini daraltabilir ve kafa karıştırıcı olabilir/

Machine Translated by Google

Sosyal sınırlar: Yolcunun kişisel ilişkileri hakkında kendi yargılarınıza karşı dikkatli olun. Bu niyet üzerinde önceden anlaşmaya varılmadıkça, seans sırasında herhangi bir özel ilişki hakkında bir değerlendirme önermemek önemlidir. Herhangi bir ilişkiyi onaylamanız veya onaylamamanız, yolcunun kendi keşif sürecini kolayca bozabilir.

Kişilerarası ifade: Enteojenik seanslar sırasında, yolcular genellikle kişisel egolarının ötesindeki alemleri deneyimleyeceklerdir. Sonuç olarak, dönüşümsel geçişlere maruz kalabilirler. Tanrı'yı bulmanın sonsuz sayıda yolu ve bu keşfi tanımlamanın sayısız yolu olduğunu unutmayın. Yolcunun kendi kavrayışlarıyla kalmasına izin verin. Genel bir uygulama olarak, yolcuyu deneyimler toplamaya teşvik edin, onlar hakkındaki tartışmaları daha sonra gözden geçirmek ve üzerinde düşünmek için saklayın ve hatta onları oluştukları anda anlamaya çalışmayın.

Ne zaman iptal edilir veya ertelenir: Herhangi bir nedenle, zamanlamanın yanlış olduğuna, kişinin iyi hazırlanmadığına veya gerekli hazırlık olduğunu düşündüğünüz şeyi yapmadığına veya doğru olmadığınıza dair bir sezginiz varsa rehber, oturumu geciktirmekten veya iptal etmekten çekinmeyin. Özellikle, bir seansa hazırlanırken, birisi niyetinin acıyı, karanlığı veya kötülüğün doğasını derinlemesine araştırmak olduğunu ifade ederse, dikkatli olun. Değişen durumlarla ilgili psikoterapi eğitiminiz yoksa, o kişiye rehberlik etmemeyi ciddi olarak düşünmelisiniz. Bu niyetlerle yola çıkan insanlar çoğu zaman kendi psişelerinin cehennem gibi kısımlarında sıkışıp kalırlar ve kendilerine zarar verebilirler. Ortaya çıkabilecek sorunlarla başa çıkabileceğinizden emin değilseniz?7 haklısınız ve böyle bir seansa rehberlik etmemelisiniz. Bunun yerine bu kişinin psikedelik olmayan bir terapötik bağlamda çalışmasını önerin. Bu, son derece olumsuz deneyimlerin değerini ve faydasını inkar etmek değil, bu alana birincil odak olarak girmektir.

deneyimsiz bir rehberle psychedelic deneyim tehlikeli olabilir/1

Ayar
Aşağıdaki faktörler ayarın belirlenmesinde önemlidir.

Machine Translated by Google

Yakın çevre: Sonsuz olanaklarla güvenli bir yolculuk için gerekli olan tek şey, yolcunun dinlenebileceği bir kanepe veya yatağın bulunduğu düzenli, konforlu bir oda, rehber için rahat bir sandalye ve banyoya kolay erişim.
Elinizde çeşitli yumuşak yastıklar ve battaniyeler bulundurmak genellikle iyi bir fikirdir. Odada ayrıca bir tür müzik sistemi olmalıdır. Odanın, insanların sesleri, evcil hayvanlar ve telefonlar dahil olmak üzere dış manzaralardan ve seslerden yalıtılması daha iyidir. Amacınız, iç sessizliği destekleyen basit bir ortam yaratmak ve sürdürmektir. Şüphe duyduğunuzda, alanı daha da basitleştirin. Deneyimli rehberlerin çoğu seansa içeride müzikle başlamayı tercih eder, böylece yolcunun zihni ortaya çıkanlar için birincil kaynak olur.

Bununla birlikte, açık hava ortamının avantajları vardır. Rüzgar, kıpır kıpır yapraklar, kuşlar, akarsular, nehirler, okyanus dalgaları - doğanın birbirine bağlılığı seansın önemli bir parçası olabilir. Bir psychedelic alma konusunda soru sorulduğunda, Albert Hofmann'ın tek bir tavsiyesi vardı: "Her zaman doğada alın." Bir dış mekan ayarına karar verirseniz, deneyim dışa dönük olabilir. Ancak, dışarıda bile müzik yardımcı olur.

İçeride veya dışarıda yeterli bir entojenik dozla, yolcu, gece veya gündüz vaktinin çoğunu yatarak geçirmek isteme eğilimindedir. İdeal bir denge, daha yoğun bölümlerin içeride gerçekleşmesine izin vermek ve ardından seansın ilerleyen saatlerinde dışarı çıkmak olabilir. Kritik olan fiziksel, kişisel ve psikolojik güvenlik ve desteği sürdürmektir.

Tütsü: Yüzyıllar boyunca tütsü birçok entojenik ritüelin bir parçası olmuştur ve

yolcuyu yönlendirmenin ve ona eşlik etmenin başka bir yolu olarak hizmet eder.

Müzik: Bitkileri şifa, kehanet veya ruhsal canlandırma için kullanan çoğu kültür, müziği bir farkındalık seviyesinden diğerine geçişi kolaylaştırmak ve geliştirmek için kullanır.

sözel olmayan destek sağlayarak güvenlik hissi. Psikedelikler alınsın ya da alınmasın, davul çalma, şarkı söyleme, dans etme ve şarkı söyleme dünya çapında bilinç değişikliklerini yönlendirmek için kullanılmaktadır. Müzik, insanların olağan düşünce kalıplarının ötesine geçmelerine yardımcı olmada paha biçilmez olduğunu kanıtlıyor. Müzik destekler ve önerir, bu yüzden akıllıca seçim yapın.

Machine Translated by Google

Bir seans sırasında müzik, zengin katmanlı bir ses dokusu haline gelir ve genellikle güçlü duygular uyandırır. Çoğu insan için müzik, kişinin kendi vücudundan geliyormuş gibi görünür ve sadece ses olarak hissedilmez, aynı zamanda renk, şekil, doku, koku veya koku olarak da algılanabilir.
tatmak.

Kulaklıklar veya kulak tomurcukları iyi. Bir kişinin başının yakınındaki stereo hoparlörler iyidir ve daha serbest hareket sağlar. Hangi müziğin çalınabileceğini önceden tartışın. Müzik seçimleri rehberler ve gezgin tarafından önerilebilir.

Seans sırasında herhangi bir seçim doğru gelmiyorsa, yolcu "Lütfen müziği değiştirin" sinyali verebilmeli veya söyleyebilmelidir. Talebin uygun olduğundan ve sadece yolcunun bir tepki vermesinin veya sadece kontrolü elinde tutmaya çalışmasının bir yolu olmadığından emin olmak için birkaç dakika daha ne çalıyorsa onunla kalın. Müziği nasıl ele alacağınızı hazırlık oturumunda açıklayın. Daha derin bilinç durumlarında, yolcu müziği bile duymayabilir. Bununla birlikte, o zaman bile müzik, bir trapez sanatçısının ağı gibi koruyucu bir amaca hizmet eder. Seçimleri gerektiği gibi seçebilmek veya değiştirebilmek için elinizde en az sekiz saat müzik bulundurun.

Müzik önerileri: Psikedelik ilk etkisini göstermeye başladığında, kişinin başlangıç müziği seçimini yapın. Birçok rehber, o noktadan sonra kullanılabilecek önceki oturumlardan kendi müzik koleksiyonlarına sahiptir. Her durumda, siz ve yolcunun üzerinde anlaştığınız müziği kullanın veya yolcunun seçimlerinize güvendiğinden emin olun.

Klasik müzik, seçmemiş olsalar bile çoğu insan için uygun hissetme eğilimindedir. Hovhaness'in Gizemli Dağı, Faure's Requiem, Gregoryen ilahileri, solo piyano, bir veya iki enstrümanlı piyano, refakatsiz flüt, raga ve yerli davul kayıtları etkin bir şekilde kullanılabilir. Yolcunun anlayabileceği kelimeler içeren herhangi bir şey dikkat dağıtıcı olabilir ve ilk saatten sonra çalınmamalıdır. Müzik thaP9

duygusal olarak yönlendirici veya manipülatif olarak kabul edilebilir, potansiyel olarak sorunludur. Öğleden sonra (yaklaşık altı saat sonra), neredeyse her türlü müzik seçiminin keyfine varacaksınız, ancak en yoğun erken saatlerde müzik seçimi önemlidir. sonuna yakın

Machine Translated by Google

oturum, istenirse, sözlü parçalar da dahil olmak üzere yolcunun istediği herhangi bir müziği çalar.

Müziği kapalı gözlerle dinlemek, değerini ve potansiyel etkisini arttırır. Bir siperlik, bir göz yastığı veya katlanmış bir el bezi veya atkı, müziğin içsel olarak deneyimlenmesini kolaylaştırır. (Gözler açık veya kapalı olarak girmek için değerli bilinç yönleri vardır, ancak birçok rehber bir yolcunun zamanın çoğunu, özellikle yoğun bir şekilde yüksek farkındalık döneminde, kapalı gözlerle geçirmesini tavsiye eder. Bir rehberin dediği gibi, "Bu inanılmaz. gözleri kapalıyken ne kadar 'görebilir'.")

Madde

LSD'nin kendisi, zirve etkileri hissedilmeden çok önce neredeyse tamamen metabolize olur. Daha sonra başka reaksiyonların meydana gelebileceği bir ortam yaratan bir katalizör görevi görüyor gibi görünüyor. LSD, belirli kapasitelerin birbirleriyle daha kolay etkileşime girmesine izin vererek, böylece gizli beyin işlevlerinin daha eksiksiz ifade edilmesini sağlayan bir kayganlaştırıcı görevi görür. Ortaya çıkan deneyimler, algıdaki ince bir değişimden diğer gerçekliklere nefes kesici dalışlara kadar uzanır. Diğer psychedelic maddeler farklı oranlarda metabolize edilir; ancak her madde bilincin alışılmış sınırlarının ötesine geçmesine izin verir.

Doz: Açıkçası, herhangi bir bitki veya bitki özü kullanmak kesin ölçümü engeller.
Ancak bazı parametreler var. 150 ila 400 mikrogram LSD normal bir aralıktır. Bu kitap LSD'ye odaklanırken, meskalin veya psilosibin ile çok çeşitli benzer deneyimler meydana gelebilir. Yolcu meskalin alıyorsa, 1 mikrogram LSD, 1 veya 2 miligram meskalin'e eşittir. Psilosibin kullanılıyorsa, 30 miligram "güvenli yüksek doz" olarak adlandırılmıştır. Vücut ağırlığı ve metabolizma, bir birey için doğru dozu seçmede kendi başlarına belirleyici değişkenler gibi görünmemektedir. Bir dizi psychedelics için dozlar hakkında güvenilir bir bilgi kaynağı www. erowid.org/psychoactives/dose/dose.shtml.

Machine Translated by Google

ENTEOJENİK YOLCU

İkinci Bölüm: Gezginler ve Rehberler için Yönergeler

KILAVUZLAR KILAVUZU

LSD sarhoşluğunda, alışılmış dünya görüşü köklü bir dönüşümden ve onun entegrasyonundan geçer. Bununla bağlantılı olarak, ben-sen bariyerinin gevşemesi ve hatta askıya alınmasıdır.

ALBERT HOFMANN, LSD: BENİM SORUN ÇOCUĞUM

Psychedelic Seans

LSD ve diğer entheojenler sonsuz sayıda kapı açma kapasitesine sahiptir. Aşağıdaki açıklamalar, birçok farklı sefer için rapor edilen aşamaları temsil etmektedir; bununla birlikte, bir çeşitlilik yelpazesi olabilir ve meydana gelebilir. Her aşama için verilen yaklaşık süre, LSD, meskalin veya peyote için tipiktir. Bu süreler, psilosibin ve mantarlar için aynı sırada olsa da genellikle daha kısadır.

Birinci Aşama: Gezgin İçin Saykodelik Hususları
Sindirme Saykodelik yedikten sonra ve
yolculuğunuza başlamayı beklerken, kalan endişeleriniz veya düşünceleriniz hakkında rehberle konuşmaktan çekinmeyin. Gerçek deneyimin başladığını hissettiğinizde, muhtemelen

Machine Translated by Google

yatmak. Bunu yaparken kendinizi rahat hissediyorsanız, bir siperlik veya göz yastığı takın. Yerleştikten sonra kendinize izin verin: • Rahatlayın

- Müzik dinlemek
- Nefesinizi gözlemleyin ve vücudunuzdaki tüm hislere dikkat edin • Müziğin sizi nasıl etkilediğine dikkat edin

Artık odada olmanın farkındalığına girip çıkmaya başlayabilirsiniz. Bu "içeri-dışarı" hissi doğaldır; yolculuğunun başladığının işaretidir. Yine, yaşadığınız herhangi bir şeyle ilgileniyorsanız, bunu rehberinizle paylaşın. Size doğru geliyorsa, basitçe elinizi uzatıp tutulmasını isteyebilirsiniz. Zihninizin ve bedeninizin içinde neler olup bittiğini gözlemleyin, ancak görüntülerin ve duyumların akışını kontrol etmeye çalışmayın. Zihninizin doğal seyrini almasına izin verin; rahatlayın ve düşünceleriniz herhangi bir çaba sarf etmeden ortaya çıkarken gözlemleyin. Tüm deneyimlerin hoş karşılandığını onaylayın.

Örneğin, düşüncelerinizin onları işleyebileceğinizden daha hızlı geldiğini hissetmek nadir değildir. Bu görüntü ve izlenim akışı rahatsız edici olabilir, ancak basitçe gözlemlenirse, merakla*1 hatta hayretle, zevkli olarak deneyimlenebilir. Bu artan yoğunluk hissi, genellikle seviyeleri değiştirmek üzereyken, daha yüksek bir vitese geçmeye hazırlanırken gelir. Bunun olmasına izin ver. Bıraktıkça, rahatsızlık geçecek.

Yüzüstü pozisyonda, gözler kapalı, siperliği kullanarak ve nefesinize odaklanarak kalın. Son derece huzursuz hissediyorsanız, oturun ve rehbere neler yaşadığınızı anlatın.
Ayağa kalkmak, nasıl hissettiğinizi fark etmek ve uzanıp dinlenmeden önce rehberinize bakmak bile isteyebilirsiniz. Zihninizin kapasitesi genişledikçe, bedeniniz doğal olarak tercih edecek ve dinlendirici bir pozisyon bulacaktır.

Rehber için Hususlar

Machine Translated by Google

Yolcuyla birlikte kutsal bir alan yaratmak üzere olduğunuzu bilin. Seans gününün erken saatlerinde, istenirse meyve veya tosttan oluşan hafif, kolayca sindirilebilir bir kahvaltı yeterlidir. Yolcu bir dua etmek, minnettarlığını ifade etmek veya herhangi bir manevi geleneği çağırmak isterse, bir sunak kurabilir veya sessizce birlikte oturabilirsiniz. (Bu bölümün sonundaki ritüeller için önerilere bakın.)

Bazı rehberler psychedelic'i resmi bir şekilde, tabletleri, kapsülleri veya bitki materyallerini küçük, çekici bir tabakta veya kasede ve kristal bir şarap kadehinde veya hatta metal bir kadehte su sunarak sunar.

İkinci Aşama: İlk Başlangıç (yirmi ila elli dakika)
Psikedelik yedikten sonra, bazı yolcular odanın içinde dolaşmak ve normal bir şekilde sohbet etmek isteyebilirler. Mümkünse, kişinin sessiz ve düşünceli olması daha iyidir.
Bununla birlikte, duyarlı olmanız ve özellikle biraz endişe varsa, yolcunun doğal olarak ne gelirse onu yapmasına izin vermeniz gerekir. Madde etkisini gösterdiğinde, yolcu uzanmaya davet edilmeli ve kendi müziğini veya rehberin seçtiği müziği dinlemeye başlamalıdır. İlk başlangıçtan sonra bir kişi oturmaya ve konuşmaya veya hareket etmeye devam ederse, takviye dozuna ihtiyacı olabilir. Bu, herhangi bir sorun olmadan seansa bir saat veya daha fazla verilebilir. İkinci doz, ilk dozun yaklaşık yarısı kadar olmalıdır.

Güçlendiriciyi vermeden önce, kontrol edin ve kişinin ne deneyimlediğini öğrenin. Derin ruhsal yolculuk açılacaksa, neredeyse her zaman ikinci saat bitmeden başlayacaktır.

İki saat sonra, ekstra doz olsun ya da olmasın, yolcu hala ayakta ve etkileşim halindeyse, başka bir doz vermeyin. Etrafta dolaşmaya veya başka biriyle ilişki kurmaya devam etme ihtiyacı, genellikle içe doğru gitmeye karşı bir direnç işaretidir ve buna saygı gösterilmelidir. Açık havada yürümeyi, oturarak müzik dinlemeyi önerin. Enteojenik bir seans için baskı yapmaya devam etmeyin.

Machine Translated by Google

Dozaj: Çok düşük bir doz, deneyimin yoğunluğunu veya derinliğini azaltabilir; çok büyük bir doz, olanların geri çağrılmasını ve hatta anlaşılmasını engelleyebilir. Şüpheniz varsa, takviye olasılığı olan daha düşük bir dozla başlayın.

Üçüncü Aşama: Açma ve Bırakma (üç ila dört saat)
Gezgin İçin Düşünceler Seansın
yarısında, eğer istekliysen, bu yolculuk için ihtiyacın olmayan her türlü düşünce, duygu ve endişeyi bırakabileceksin. Sessizlik istemediğiniz sürece rehberiniz sizin için müzik çalacaktır. Bu noktada şunları yapabileceksiniz:

• Seansla ilgili beklentilerinizi bırakın • Kişisel endişelerinizi bırakın • İlişkilerinizdeki problemler gibi kişisel konularla ilgili endişelerinizi bırakın ve alışkanlık kalıpları
• Oluşan her deneyimi, hissi veya görsel olayı bırakın • Kişisel kimliğiniz hakkındaki endişelerinizi bırakın • Gerçekliğin diğer boyutlarına ilişkin farkındalığınızı deneyimleyin ve derinleştirin

Bazı insanlar için bu, zahmetsiz, kendinden geçmiş bir dönemdir; diğerleri için kafa karıştırıcı olabilir. Bazı anlarda, vizyonlarınızın içeriği veya yoğunluğundan korkabilir veya kafanız karışabilir. Bırakmakla ilgili olağandışı duygular yaşayabilirsiniz. Bunlar fiziksel ("Kolum eriyor") veya duygusal ("Çıldırıyor muyum?") olabilir. Kendinizi güvensiz hissedebilir, kendinize, duruma ve hatta rehberinize güvenmeyebilirsiniz. Bazı insanlar ölüyormuş gibi hisseder. Rehberiniz size bunun zihninizin içsel bir deneyimi olduğunu ve vücudunuzun iyi olduğunu ve rehberinizin veya rehberlerinizin onu durdurmak için değil, onu aşmanıza yardımcı olmak için orada olduğunu hatırlatabilir.

Bu nedenle, sizi ilgilendiren bir şey varsa, yardım isteyin. Unutmayın, rehberiniz orada tc*3 desteği ve sizi yeniden merkeze alıyor. (Ölüm hissi, örneğin, sizin

Machine Translated by Google

kişiliğin, "sizin" kişisel kimliğinizden daha büyük olduğunuzun farkına varmasına ilk tepkisi.)

Bu sınırların çözülmesi, ruhların huzurunda olduğunuzu hissedebileceğiniz aşamada gerçekleşir. Bu deneyimler genellikle olumludur. Ancak sizi rahatsız ederlerse mutlaka rehberinize söyleyin.

Rehber için Hususlar

Dinleyin, izleyin ve yolcunun değişen zihinsel durumlarına karşı duyarlı olun. Bu süre zarfında, müziği izlemekten biraz daha fazlasını yaparsınız ve destekleyici olarak yakınınızda kalırsınız. Yolcunun endişelerini yatıştırmanız gerekiyorsa, bu deneyimi yaşamayı seçtiğini hatırlatmak yardımcı olabilir.

Yolcunun tüm varoluşun altında yatan birlik ile temas halinde olması en muhtemel olduğu aşamadır. Kimileri bunu "Tanrı'yı görmek", kimileri "Tanrı ile birleşmek" olarak tanımlarken, kimileri için de "Tanrı olma" deneyimi haline gelir. Bazen bu durum, sadece sizin değil, diğer herkesin de Tanrı olduğunun idrakini içerir.

Hangi şekilde olursa olsun, birincil sorumluluğunuz aydınlanmayı yaşayan kişiye destek olmaktır.

Özellikle bu noktada, rehberlerin yüksek temas olarak bilinen şeyi deneyimlemesi nadir değildir. Bir rehber, herhangi bir madde almadan, canlı anıları hatırlayabilir veya genişlemiş bilinç durumlarına yeniden ayarlanma hissine sahip olabilir. Belirli müzikleri duymak ve/veya geçmişte deneyimler yaşayan ve davranış sergileyen biriyle birlikte olmak, kendi geçmiş yolculuklarınızı yansıtan veya yeniden yaratan duyumları ateşleyebilir. Bu durumlar doğaldır, genellikle eğlencelidir ve rehber olarak rolünüze müdahale etmenize gerek yoktur.

Gün boyunca tuvalete gitmeniz gerekiyorsa gidin. Bir rehber çok uzun süre beklerse, yolcu rahatsızlığını anlayabilir ve kafası karışabilir. Tek rehber olsanız bile, ihtiyacınız olduğunda gittiğinizden emin olun ve yolcuya birkaç dakikalığına ayrıldığınızı söyleyin. Banyodan döndüğünüzde gerekli görünüyorsa thai*4'ten bahsedin.

Machine Translated by Google

sadece birkaç dakikalığına gittin. Bu birkaç dakika içinde, yolcu için çok fazla içsel zaman geçmiş olabilir.

Dördüncü Aşama: Plato (bir ila iki saat)
Enteojenik tanıma döneminden sonra müzik isteğe bağlıdır. Kılavuz, kapatılana kadar sesi kademeli olarak azaltabilir veya istendiği gibi alternatif sessizlik veya müzik dönemleri yapabilir.

Voyager için Hususlar Oturmaktan ,
rehbere bakmaktan veya müziği dinlemeye devam etmekten çekinmeyin. İçeride gördüğünüz müziğe veya görüntülere odaklanabilirsiniz. Değişen gerçekliklerin "on bin dünyası" olarak adlandırılan şeyin karşılıklı etkileşiminin ve çeşitliliğinin tadını çıkarabilir ve keyfini çıkarabilirsiniz. Hatırladığınız ve deneyimlediğiniz şeylerin geçerli olduğuna dair güvence istemeniz gerekebilir. Genel olarak, bir rehber size yolculuğunuzda gördüklerinizin gerçek olduğunu, sizin için gerçek olduğunu ve aynı zamanda size özel olduğunu açıklayabilir. Bir psychedelic alan diğerleri, ilgi alanlarına, kapasitelerine ve zihin çerçevelerine göre benzersiz, kendi ve belki de benzer deneyimlere sahip olacaklardır.

Rehber için Hususlar
Yolcu, evrenin yaratılışının veya yıldızların oluşumunun bir parçası olmanın geniş bir kimlik genişlemesine sahip olduğunu veya halen devam etmekte olduğunu bildirebilir. Yolcu, sperm ve yumurtadan doğuma kadar kişisel yaratılışın bir tekrarını deneyimlediğini bildirebilir. Diğerleri, evrimin kendisi gibi görünen ya da geçmiş yaşamlar gibi görünen şeylere girmiş olacaklar. Gezgin nerede olduğunu veya olduğunu bildiriyorsa, rolünüz dinlemek, destekleyici olmak ve yalnızca istendiğinde netleştirmektir.

Konuşmayı minimumda tutun. Yolcunun kafası karışmışsa veya üzgünse, güvence verin. Elinizi nazikçe onun koluna koyun ve "Bırakabilirsiniz, iyi gidiyorsunuz" gibi bir şey söyleyin. Bu rahatlatıcı dokunuş genellikle ihtiyaç duyulan tek şeydir.

Deneyimli rehberler, bir şey söylemenin uygun olduğu zaman sezmeyi öğrenirler. Genellikle,

Machine Translated by Google

sadece yolcuyla birlikte olmak için fazlasıyla yeterli. Yolcunun tuvaleti kullanması gerekiyorsa, dış görsel dünyası değişken olabileceğinden, yolcunun ayağa kalkıp banyoya yürümesine yardım etmeniz gerekebilir.

Beşinci Aşama: Nazik Kayma (önümüzdeki üç saat veya rehber ve yolcu, devam etme zamanının geldiği konusunda anlaşana kadar)

Basit yiyecekler (örneğin, taze veya kuru meyveler, kuruyemişler, krakerler, meyve suyu) sunulmalıdır.
Su tüm gün mevcut olmalıdır. Yolcu bir şeyler yemeyi seçebilir veya seçmeyebilir.
(Bir elma varsa, Adem ve Havva hakkında bir yorum duyabilirsiniz.) Rehber açsa yemek yemeli.

Gezgin İçin Düşünceler Deneyiminizin
zirvesinden sonra, dünyanıza yeniden girerken, genellikle kişisel iş yapmak için mükemmel bir zamandır. Her zamanki kimliğinizin farkında olacaksınız, ancak her zamanki alışkanlıklarınıza, şablonlarınıza veya çarpıtmalarınıza bağlı olmayacaksınız. Dilerseniz ve rehberiniz de aynı fikirdeyse, bu aynı zamanda dışarı çıkmak için de iyi bir zamandır. Güvenli ve davetkar bir dış mekan ortamı yoksa, odadaki bir çiçeği veya bitkiyi gözlemlemenin veya hatta doğayla ilgili geniş formatlı fotoğraf kitaplarına bakmanın keyfini çıkarabilirsiniz.

Rehber için Hususlar

Günün erken saatlerindeki mistik deneyimler ile yolcunun kişisel benliği arasında bir köprü kurmanıza yardım etmeniz istendiyse, bu bağlantıyı kurmak için mükemmel araçlar arasında bir çiçek, bir ayna ve aile fotoğrafları bulunur.

Tercih edilen çiçek, ideal olarak yeni açmaya başlayan bir gül goncasıdır. Yolcuyu, çekici geldiği sürece onu incelemeye teşvik edin. Bu süre yarım saat kadar uzun olabilir. Yolcu sadece bakar, koklar ve geri verirse, ikinci bir fırsat sunun ve daha derin bir bakış önerin. Ancak faiz yoksa taşınmaya hazır olun.

Machine Translated by Google

Seans sırasında yapılan bağlantıları derinleştirmenin bir başka yolu, yolcuyu tam boyutlu bir el aynasına bakmaya davet etmektir. Yolcu kendi yüzünün yaşlandığını veya gençleştiğini görebilir ve farklı tarihsel dönemlerden farklı cinsiyet, yaş ve ırklardan insanları da görebilir. Bu olursa, yolcuyu aynaya bakmaya devam etmesi için teşvik edin. Yolcu endişelenir veya korkarsa, aynadaki gözlere odaklanmasını önerin. Gözler genellikle değişiklikler boyunca sabit kalır ve güven verir. Kendi yolculuğunuzda benzer bir deneyim yaşamış olsanız bile, gördüğünüz şeyin bir yorumunu sunmayın.

Yolcu daha kişisel bir iş yapmak isterse, seansa getirilen kişi ve yerlerin fotoğraflarını sunun. Yolcu, bir saat boyunca tek bir resme bakabilir. Yorum yaptıktan veya sessizce oturduktan sonra, gezgin bu fotoğrafı bırakıp başka bir fotoğraf isteyebilir. Özellikle fotoğraflardaki kişileri tanıyorsanız, fikirlerinizi veya düşüncelerinizi ihlal etmeyin.

Gözlüğünü geri isteyen bir kişi, daha tanıdık algısal sınırlara dönüşün bir göstergesidir. Kişi hala kişiliğiyle hafifçe özdeşleşir, ancak bedeniyle yeniden özdeşleşir. Bir yolcu soğuk algınlığı, alerji veya bir tür ağrı ile geldiyse, bu semptomlar seans sırasında genellikle kaybolur ve bu sefer geri gelebilir.

Fiziksel koşulların tam veya kısmi kürleri olabilir. Örneğin, tamamlayıcı tıbbın en çok bilinen savunucusu olan ve ciddi ve ömür boyu süren bir kedi alerjisinden mustarip olan Dr. Andrew Weil, bu alerjinin bir LSD seansı sırasında ortadan kaybolmasını sağladı ve bir daha asla ortaya çıkmadı.

Yolcu seansa müzik getirdiyse, bunu dinlemek için harika bir zaman.
Bu aynı zamanda, oturumdan önce yazılan hedefleri veya soruları gözden geçirmek için iyi bir zamandır. Her seferinde bir öğeyi yüksek sesle okuyun. Fotoğraflarda olduğu gibi, mümkün olduğunca az tartışın veya yorumlayın. Sorulmadıkça bir cevap veya hatta bir yön önerme. Bazı insanlar içgörülerini ve kavrayışlarını tartışmak isteyecektir; diğerleri olmaz.

Machine Translated by Google

Altıncı Aşama: Resmi Seansın Sonu Seans gününün
rehberli kısmı, psilosibin gibi daha kısa etkili bir madde aldıktan altı ila sekiz saat sonra veya daha uzun etkili bir madde aldıktan sekiz ila on saat sonra sona ermelidir. LSD veya meskalin olarak.

Voyager için Hususlar Akşamın geri
kalanında deneyime girip çıkabilirsiniz. Sosyal olmak için herhangi bir zorunluluk hissetmeyin. Eşinize, çocuklarınıza veya yakınınızdaki diğer kişilere karşı aşırı derecede sevgi dolu hissedebilirsiniz, ancak özellikle gösterişçi olmayabilirsiniz. İnsanları aramak istiyorsanız, bu çağrıları ne yaptığınızı bilen ve ideal olarak psikedeliklerle deneyimi olan kişilerle sınırlayın*7. Seansınızın bazı bölümlerini hatırlamak zorsa endişelenmeyin. Önemli olaylar hem bilinçli hem de bilinçsiz olarak sizinle birlikte kalacaktır.

Muhtemelen yaşadıklarınızı bütünleştirmeye başlamak için zaman harcamak isteyeceksiniz.
Hala dünyayı akıyor veya parlıyor olarak görebilirsiniz. Kendi zihninizden bu görsel hediyelerin tadını çıkarın. Hafif yiyin ve kendinizi yenilemek için yeterince sıvı içtiğinizden emin olun. Kafeinli içeceklerden uzak durmak akıllıca olur çünkü uykuya dalma yeteneğinizi etkileyebilirler.

Bakıcı için Hususlar
Daha önce belirtildiği gibi, bakıcı bir arkadaş ya da akrabadır, ideal olarak psikedeliklerle deneyimi olan ve seans bittiğinde yolcuyu önemseyen biridir. Yolcuyu seans odasından mümkünse yolcunun evine veya bakıcının evine götürmek için gelmelidir. Yolcunun yeniden giriş akşamı sırasında, bakıcı yargılayıcı olmamalı, nazik, dinlemeye açık ve sessizlik konusunda rahat olmalıdır. Uzun sessizlik dönemleri, yolcunun hâlâ deneyime girip çıktığını ve önemli içgörülere sahip olabileceğini gösterir. Bakıcı istenirse not almalıdır.

Basit yiyeceklerden oluşan hafif bir yemek sunmak iyi bir fikirdir. Yolcu düzenli olarak ilaç alıyorsa, bunları almasını hatırlatın. Bir seanstan sonra, bir kişi gecenin çoğunda uykuya dalabilir ve çıkabilir. Bir kişi uyumak istiyor ama yeterince rahatlayamıyorsa

Machine Translated by Google

Bunu yapmak için ılık süt, papatya çayı veya sadece bir bardak şarap yardımcı olabilir. Çoğu insan hiçbir şey almamayı tercih ederek seansın normal uykuyla doğal bir şekilde bitmesine izin verir.

Durum: Voyager için Deneyim Sonrası Entegrasyon
Hususları Yolculuğunuzun ilk birkaç haftasında, sizin için en önemli olanı deneyiminizden ayırmak için zaman ayırın. acele etme. Muhtemelen hayatınızın eskisinden daha kolay aktığını göreceksiniz. Bazı insanlar merak edecek ve deneyiminizi duymaya açık olacak; başkaları sizin için korkacak, sizin dünya görüşünüzü değiştiriyor olabileceğinizden veya onlarınkini rahatsız ediyor olabileceğinizden endişe duyacaklar. Kimseyi bir şeye ikna etmeye çalışmayın. Çok az kişi seansınız hakkında çok fazla ayrıntı duymak isteyecektir. Gerçekleştirmeleriniz kendi hayatınıza entegre oldukça, yolculuğunuzu başkalarına daha az tarif etme ihtiyacı hissedeceksiniz.

Hayatınızdaki bazı insanların sizi besleyip beslediğini, bazılarının ise beslemediğini her zamankinden daha fazla fark edebilirsiniz. Yemekte olduğu gibi, seni besleyen şeyle kal. Mümkünse sizi küçümseyen veya deneyiminizi azaltmaya çalışan herkesten uzak durun.

İlk birkaç hafta büyük yaşam değişiklikleri yapmayın. Örneğin bazı insanlar birincil ilişkilerini erkenden yeniden değerlendirirler. Önce deneyiminizi bütünleştirmek için kendinize zaman verin. İstisna, aşırı içme ve zararlı ilaçlar alma gibi toksik davranışları durdurmak olacaktır. Pek çok insanı aşırı alkol veya ağır uyuşturucu kullanımına iten şeyin, ruhsal yabancılaşma ve tecrit konusundaki belirsiz bir farkındalık olduğuna dair çok sayıda kanıt var. İnsanlar, enteojenik bir deneyimden sonra sıklıkla yaptıkları gibi, yeniden bağlandıklarını hissettiklerinde, aşırı uyuşturucu kullanımını veya içmeyi çaba harcamadan veya yoksunluk belirtileri göstermeden bırakabilirler.

Rehber için Hususlar
Entegrasyon sürecine yardımcı olması için, seanstan hemen sonra yolcuyla en az bir kez buluşmak iyidir. Bunun ötesinde, gerektiğinde kullanılabilir olun. Eğer orada olduğunu bilmek

Machine Translated by Google

ihtiyaç, neredeyse belirli bir şey yapıyor veya söylüyorsunuz kadar değerli görünüyor.

Seanstan önce, yolcunuzun destek sistemi hakkında bilgi edindiğinizden emin olun: aile, arkadaşlar, işteki insanlar ve kilise, cami veya tapınaktaki insanlar ve ayrıca terapistler veya manevi öğretmenler. Daha sonraki herhangi bir toplantıda uygunsa, en azından bir süreliğine bu insanlardan bazılarının yardımcı olabileceğini, bazılarının ise yardım etmeyebileceğini önerin.

Frekans: Tekrar Ne Zaman? Ne sıklıkla?

Diğer birçok olumlu deneyimde olduğu gibi, genellikle bunu tekrar yapmak isteriz. Bununla birlikte, psychedelic yolculuklar diğer birçok deneyim gibi değildir. Onları çok erken tekrar alırsanız, aynı etkiye sahip olmalarını bekleyemezsiniz. Temel kural , deneyim ne kadar derinse, tekrar yapmadan önce o kadar uzun süre beklemeniz gerektiğidir. The19 Guild of Guides, enteojenik yolculuklar arasında en az altı ay olmasını önerir, çünkü öğrenmenin ve içgörülerin özümsenmesi ve hayatınıza entegre edilmesi en az o kadar uzun sürer.

Menlo Park'taki International Foundation for Advanced Study'de yürütülen araştırma,

California,0 altı yıllık bir süre boyunca, köklü kişilik değişikliklerinin dengelenmesinin en az bir tam yıl sürdüğünü buldu. Gerçekten derin deneyimlere sahip olan birçok insan, sonraki seanslar için birkaç yıl, hatta bir daha hiç arzu duymadı.

Bu sorulara cevaben başka bir uyarı, "yüksekleri kovalamanın" neredeyse hiçbir zaman işe yaramadığıdır. Aynı film karesinde başka bir fotoğrafın üstüne fotoğraf çekmek gibidir - çift pozlama. İki görüntü birbirini gizleyecektir. Ancak filmi, pozlanmamış bir kare olacak şekilde ilerletirseniz, bir sonraki yakalanan görüntü taze olacak ve kendi yolunda ilki kadar anlamlı olabilir.

Mümkün olan en kısa sürede kesinlikle tekrar bir psychedelic almanız gerektiğini düşünüyorsanız, kaçındığınız bir sorunla yüzleşmeniz gerekebilir. Bu duygu, ne kadar isterseniz isteyin, en yüksek benliğinizden bir psikedelik alma emri değildir. Bir

Machine Translated by Google

Seçenek, neyin ortaya çıkarıldığına veya keşfedildiğine bakmak için bir terapistle bir seans ayarlamaktır. Deneyiminizin yalnızca "ilaç kaynaklı" olmadığını, maddenin, kılavuzun, niyetinizin ve o sırada durumunuza özgü diğer faktörlerin bir karışımı tarafından kolaylaştırıldığını unutmayın. Bu değişkenlerden herhangi birinin ihmal edilmesi, sonraki oturumların sizin için değerini düşürebilir.

En az bir ay daha bekleyin ve ardından neyin doğru olduğunu görün.

Gök Ağacını Sulamak

Bu yönergeler, farklı kültürlerden bir dizi rehberin kolektif deneyimlerinden oluşan canlı bir varlıktır. Tam sürümler ve çok sayıda ek materyal www.entheoguides adresinde bulunabilir ve eklenebilir. .net, genel halk için lonca üyeleri tarafından kurulan ve sürdürülen bir Wiki sitesi.

Kapı
dünyalar arası her
zaman açıktır.

RUMİ

Machine Translated by Google

TRANSANDAN DENEYİMİN NİTELİKLERİ

Dört Baskın Özellik

ALAN WATT

Doğu düşüncesinin çok önemli bir erken popülerleştirmesi olan Alan Watts (1915-1973),

Piskoposluk rahibi filozof, yazar ve konuşmacı oldu:' Yirmi beşten fazla kitabın yazarı, aynı zamanda pek çok makale yazdı ve hepsi hala ticari olmayan radyoda yayınlanan yüzlerce ses kaseti kaydetti. O ve ben, psychedelics hakkında lehte ve aleyhte argümanlar sunan ilk panellerdeyken, asla sinirlenmedi, sadece başkalarının aptallığıyla eğlendi. İyi yaşamanın ve iyi düşünmenin birlikte iyi gittiğini modelledi. "Hiçlik"ten bahseden bir Watt örneği için www.youtube'a gidin. com'a gidin ve "Alan Watts-On Nothingness" üzerinde arama yapın.

Alan Watts tarafından yapılan aşağıdaki seçki, California Law Review'in Ocak 1968 sayısında yer alan "Psychedelics and the Religion Experience" başlıklı makalesinden alınmıştır. Bu kitabı yazmaktaki ve okuyucuların makaleyi psychedelics hakkında değil de neden bir kitap yazmakla ilgilendiğini merak edebilirler. bu özel seçim dahil edilmiştir.Bir cevap, psychedelics kullanan herkesin özünde varoluşu deneyimlemediğidir.İkinci bir neden, bu seçimin okuyucuların sahip olmadığını varsaymasıdır.

bahsettiği deneyimler. Bu nedenle, diğer yazarların tökezledikleri, o zaman tarif edilemez veya noetic veya hatta "tarif edilemez" olarak adlandırdıkları durumları tanımlarken mümkün olduğunca kesin ve net olması daha kötüsü, gerekiyordu. Bu deneyimlerin açıklayıcı doğasını hisseden birine görünebilir.

Machine Translated by Google

Bu çalışmanın amaçları doğrultusunda, psikedelik ilaçlarla ilgili deneyimlerimi anlatırken, psikedelik kimyasalların neden olabileceği duyu algısında ara sıra ve tesadüfi tuhaf değişikliklerden kaçınıyorum. Ben daha çok, kişinin kendi varlığına ve dış dünyayla ilişkisine ilişkin normal, toplumsal olarak uyarılmış bilincin temel değişiklikleriyle ilgileniyorum. Psikedelik farkındalığın temel ilkelerini tanımlamaya çalışıyorum ama şunu da eklemeliyim ki sadece kendim için konuşabilirim. Bu deneyimlerin kalitesi, büyük ölçüde kişinin önceki yönelimine ve hayata karşı tutumuna bağlıdır, ancak bu deneyimlere ilişkin şu anda hacimli olan betimleyici literatür, benimkiyle oldukça dikkat çekici bir uyum içindedir.

Neredeyse değişmez bir şekilde, psikedeliklerle yaptığım deneylerin dört baskın özelliği oldu. Bunları açıklamaya çalışacağım - okuyucunun, en azından ikinci ve üçüncünün, "Neden, bu çok açık! Bunu görmek için kimsenin ilaca ihtiyacı yok" diyeceğini umarak.
Aynen öyle, ama her içgörünün yoğunluk dereceleri vardır. Apaçık-1 ve aşikar-2 olabilir ve ikincisi, varlığımızın her alanında ve boyutunda içerimlerini ortaya koyarak, sarsıcı bir netlikle ortaya çıkar.

İlk karakteristik, zamanın yavaşlaması, şimdiki zamanda yoğunlaşmasıdır. Kişinin normal olarak geleceğe yönelik takıntılı kaygısı azalır ve kişi şu anda olup bitenlerin muazzam öneminin ve ilgisinin farkına varır. Sokaklarda işlerine devam eden diğer insanlar, hayatın tüm amacının, olduğu gibi bunun tamamen farkında olmak olduğunu fark edemeyecekleri için biraz deli gibi görünüyorlar. Bu nedenle, neredeyse lüks bir şekilde, bir bardak sudaki renkleri incelemeye veya bir obuada çalınan veya bir sesle söylenen her notanın artık son derece eklemli titreşimini dinlemeye rahatlar.

Kültürümüzün pragmatik bakış açısından, böyle bir tutum iş dünyası için çok kötü.
Bu, tedbirsizliğe, öngörü eksikliğine, sigorta poliçelerinin satışlarının azalmasına ve tasarruf hesaplarının terk edilmesine yol açabilir. Ancak bu tam da kültürümüzün ihtiyaç duyduğu düzelticidir. Hiç kimse, her şey için çok geç olacağı zaman, altmış beş yaşında rahat bir şekilde emekli olmak amacıyla tüm hayatını çılgın evrak işlerine dalmış olarak geçiren "başarılı" yöneticiden daha aptalca pratik değildir. Sadece yaşama sanatını tamamen geliştirmiş olanlar

Machine Translated by Google

şimdinin gelecek için plan yapmak için herhangi bir faydası vardır, çünkü planlar olgunlaştığında sonuçların tadını çıkarabileceklerdir.

Dağdaki Vaaz'ın "Yarın için kaygılanmayın..." diye başlayan bölümünü uygulamaya çağıran bir vaizi henüz hiç duymadım. delilerin, "tam olarak orada değil" ve ayrıca tam olarak burada değil: aşırı hevesle sürekli olarak noktayı kaçırıyorlar. Öngörü, kaygı pahasına satın alınır ve aşırı kullanıldığında tüm avantajlarını yok eder.

İkinci özellik olarak adlandıracağım "kutupluluğun farkındalığı". Bu, normalde zıt olarak adlandırdığımız durumların, şeylerin ve olayların, tıpkı bir mıknatısın arka ve ön ya da kutupları gibi birbirine bağlı olduğunun canlı bir kavrayışıdır. Kutupsal farkındalıkla, kişi açıkça farklı olan şeylerin örtük olarak bir olduğunu görür: benlik ve öteki, özne ve nesne, sol ve sağ ve erkek ve dişi ve sonra, biraz daha şaşırtıcı bir şekilde, katı ve uzay, şekil ve arka plan, nabız ve nabız ve aralık, azizler ve günahkarlar, polis ve suçlular ve grup içi ve grup dışı. Her biri yalnızca diğeri açısından tanımlanabilir ve alım satım gibi işlemsel olarak birlikte giderler, çünkü alım olmadan satış ve satış olmadan alım olmaz. Bu farkındalık giderek yoğunlaştıkça, kendinizin dış evrenle birbirinize 53 etki edecek şekilde kutuplaştığınızı hissedersiniz. Bir arabanın direksiyonunu hareket ettirdiğinizde olduğu gibi, itmeniz onun çekmesi ve itmesi sizin çekmenizdir. İtiyor musun, çekiyor musun?

İlk başta, bu çok garip bir his, konuştuktan hemen sonra elektronik bir sistemde kendi sesinizin size çalınmasını duymaktan farklı değil. Kafan karışır ve devam etmesini beklersin! Benzer şekilde, evren tarafından yapılan bir şey olduğunuzu hissedersiniz, ancak evrenin de aynı şekilde sizin tarafınızdan yapılan bir şey olduğunu hissedersiniz, bu doğrudur, en azından nörolojik anlamda, beynimizin kendine özgü yapısının güneşi ışığa ve havaya çevirdiği anlamındadır. titreşimleri sese dönüştürür. Dış dünyayla normal ilişki duygumuz, bazen ben onu bazen de o beni itiyor. Ama eğer ikisi gerçekten bir ise, eylem nerede başlar ve sorumluluk nerede durur? Eğer evren beni yapıyorsa, iki saniye sonra İngilizceyi hala hatırlayacağımdan nasıl emin olabilirim? Eğer

Machine Translated by Google

Bunu yapıyorum, iki saniye sonra beynimin güneşi nasıl ışığa çevireceğini bileceğinden nasıl emin olabilirim?

Birey dünyayla ilişkisini tam olarak bir biyolog, ekolojist veya fizikçi tarafından tanımlandığı gibi hissetse bile, bunlar gibi alışılmadık duyumlardan, psychedelic deneyim kafa karışıklığı, paranoya ve terör üretebilir, çünkü o kendini hissediyor. organizma ve çevrenin birleşik alanı olarak.

İkincisinden kaynaklanan üçüncü özellik, görelilik bilincidir. Moleküllerden bakterilere ve böceklere, insanlara ve belki de meleklere ve tanrılara kadar uzanan sonsuz bir süreçler ve varlıklar hiyerarşisinde bir bağlantı olduğumu görüyorum - her seviyenin aslında aynı durumda olduğu bir hiyerarşi. Örneğin, fakir adam para için endişelenirken zengin adam sağlığı için endişeleniyor: endişe aynı mı? 4 ancak fark, özünde veya boyutundadır. Meyve sineklerinin düşünmesi gerektiğini anlıyorum

çünkü onlar da bizim gibi kendilerini kendi dünyalarının ortasında buluyorlar - yukarıda ölçülemeyecek kadar büyük şeyler ve aşağıda daha küçük şeyler var. Bize göre hepsi birbirine benziyor ve hiçbir kişiliği yokmuş gibi görünüyor - Çinlilerin aralarında yaşamadığımız zaman yaptığı gibi. Yine de meyve sinekleri, kendi aralarında bizim kendi aramızda gördüğümüz kadar çok ince ayrımlar görmelidir.

Bundan, tüm yaşam biçimlerinin ve varlığın tek bir temanın varyasyonları olduğunun farkına varmak için kısa bir adımdır: aslında hepimiz aynı şeyi mümkün olduğunca farklı şekillerde yapan biriz. Fransız atasözünün dediği gibi, Artı ca değişir, artı c'est la meme seçti (ne kadar çok değişirse, o kadar aynı kalır). Ayrıca, ölümün kaçınılmazlığı tarafından tehdit edilen duygunun, gerçekten canlı hissetmekle aynı deneyim olduğunu ve tüm varlıkların bunu her yerde hissettiğini görüyorum; hepsi de benim kadar "ben".

Yine de "ben" hissi, hissedilmesi için her zaman "öteki"ne - onun kontrolü ve deneyiminin ötesindeki bir şeye - göreli bir duyum olmalıdır. Hiç olmak için, başlamalı ve bitmelidir. Ancak mistik ve psychedelic deneyimlerin burada yaptığı entelektüel sıçrama, sizi

Machine Translated by Google

tüm bu sayısız Ben-merkezinin kendiniz olduğunu görmek için -aslında sizin kişisel ve yüzeysel olarak bilinçli ego, ama Hinduların paramatman dediği şey, tüm benliklerin Özü /

Retina, sayısız enerji darbesini tek bir ışık olarak görmemizi sağladığından, mistik deneyim bize sayısız bireyi tek bir Ben olarak gösterir.

Dördüncü özellik, genellikle yoğun enerji şeklinde sonsuz enerjinin farkındalığıdır. hem sinirlerinizdeki akım gibi görünen hem de o gizemli beyaz ışık hangi eşittir mc . Bu kulağa megalomani ya da büyüklük yanılgısı gibi gelebilir - ama kişi tüm varoluşun tek bir enerji olduğunu ve bu enerjinin kişinin kendi varlığı olduğunu oldukça açık bir şekilde görür. Elbette, yaşam kadar ölüm de vardır, çünkü enerji bir nabızdır ve dalgaların hem tepeleri hem de dipleri olması gerektiği gibi, var olma deneyimi de devam etmelidir.

Temel olarak, bu nedenle, endişelenecek bir şey yoktur, çünkü kendiniz, kendi kendisiyle saklambaç (ve sürekli) oynayan evrenin sonsuz enerjisisiniz. Kökte, sen Tanrı'sın, çünkü Tanrı var olan her şeydir. İşaya'dan biraz bağlam dışı alıntı yaparak: "Rab benim ve başkası yok. Işığı ben oluşturuyorum ve karanlığı ben yaratıyorum. barış ve kötülük yarat. Ben, Rab, bütün bunları yapıyorum." 3

Bu, Hinduizmin temel ilkesinin anlamıdır, Tat tren asi ("Bu sensin"),1 "o", tüm bu evreni oluşturan süptil Varlıktır.

Bu deneyimin Batı'dan klasik bir örneği Alfred Lord tarafından anlatılır. Oğlunun Anılarında Tennyson .

> Çocukluğumdan beri, tamamen yalnızken, sık sık yaşadığım bir tür uyanık trans hali. Bu genellikle kendi adımı iki ya da üç kez kendi kendime sessizce tekrarlarken başıma geldi, ta ki bireyselliğin bilincinin yoğunluğundan bir anda, bireyselliğin kendisi çözülüp sınırsız bir varlığa dönüşene kadar. ve bu karışık bir durum değil, en açıkın en açıkı, en kesinin en kesini, en tuhafın en tuhafı, kelimenin tam anlamıyla kelimelerin ötesinde,

Machine Translated by Google

ölümün neredeyse gülünç bir imkansızlık olduğu yerde, kişilik kaybı (eğer öyleyse)
yok olma değil, tek gerçek yaşam gibi görünüyordu.

Machine Translated by Google

PSİKEDELLİK ÖNCÜLERİN DENEYİMLERİ

Kendi Sözleriyle

Psikedeliklerin öncüleri ilk deneyimlerini nasıl özümsediler? Burada yer alan raporlarının neredeyse tamamında ortak olan şey, deneyimlerinin çoğu için tek bir maruziyetle ilgili yaşam yönlerini değiştirmiş olmasıdır. Önceki araştırma dönemi ile bu şimdiki dönem arasındaki boşlukta, bir nesil, bu maddelerin bireyler üzerinde bu kadar etkili olmasının nedenini gözden kaçırdı. Bu deneyimler, yolculuğa çıkan kişinin dünya görüşünü kökten yeniden formüle etti ve bu da o kişinin kariyerinde, ilişkilerinde ve daha büyük kültürle etkileşimlerinde büyük değişikliklere yol açtı.

Bu bölümdeki pek çok kişi kendi deneyimleri hakkındaki gözlemlerini kaydettiği için, mevcut olduğunda videolara ve diğer Web kaynaklarına bağlantılar verilmiştir.

Batı'da üç psikedelik deneyim dalgası yaşandı. Albert Hofmann, LSD'yi kendi üzerinde ilk kez test ettiğinde, onun olağanüstü özellikleri hakkında kimsenin hiçbir fikri yoktu.
Model ve kontrol altına alınabilir psikotik ataklara neden olduğu yönündeki ilk tahminler yanlış çıktı.

İlk öncüler dalgasının (Albert Hofmann, Aldous Huxley ve Stanislav Grof) ilk deneyimleri tamamen beklenmedikti. Artık set ve ortam hakkında bildiğimiz her şeyle, Hofmann ve Grof'un LSD'yi ideal durumlardan çok uzaklarda aldığını görebiliriz, ancak her ikisi de sonuçta hayatlarını değiştiren olumlu bir deneyime sahipti. Huxley, LSD'yi denediğinde, evde iyi bir rehberle birkaç kez meskalin almıştı.

İkinci dalganın örneklerine -Alexander Shulgin, Timothy Leary, Ram Dass, Ralph Metzner ve Huston Smith- özel ve derin ama bilinmeyen bir şey vaat edilmişti.

Machine Translated by Google

Üçüncü dalga, burada Haham Zalman Schachter-Shalomi, Charles Tart, Frances Vaughan, Bill Wilson ve Peter Coyote'un raporlarıyla örneklendirilmektedir. Bu insanlar kendi oturumlarına kaşifler olarak yaklaştılar, ancak başkalarının kendilerinden önce ziyaret ettiğini bildikleri araziye giren kaşifler olarak.

Bu kitabı yazarken, dünya çapında çok sayıda insanın çok çeşitli ortamlarda bir veya daha fazla psychedelics ile belirli bir düzeyde deneyime sahip olduğunu biliyorum. Daha büyük kültür onların varlığının farkındadır. Bununla birlikte, daha geniş kültür, burada sunulan deneyimin derinliği ve seviyeleri hakkındaki anlayışın 7'sini de kaybetti . Bu bireylerin deneyimleri, ilk ortaya çıktıklarında olduğu gibi bugün de geçerlidir.

İlk Dalga

ALBERT HOFMANN, ALDOUS HUXLEY VE STANISlav GROF

İlk dalga, doğal olarak oluşan bir bileşik olan liserjik asitten türetilen yarı sentetik bileşik LSD'nin yaratılmasıyla başladı. Hofmann, Huxley ve Grof, onları takip eden ikinci ve üçüncü öncü dalganın önde gelen isimlerini güçlü veya doğrudan etkiledi.

Albert Hofmann

Albert Hofmann, Doktora (1906-2008), LSD'nin etkilerini sentezleyen, yutan ve deneyimleyen ilk kişi olarak bilinen İsviçreli bir biyokimyacıydı. 1938'de İsviçre'nin Basel kentindeki Sandoz İlaç Şirketi tarafından işe alındı ve kan dolaşımı için bir uyarıcı geliştirme umuduyla liserjik asitle çalıştı. LSD-25'in hayvanlar üzerinde hiçbir etkisi olmadığı için bir kenara bırakıldı, ancak 1943'te yeniden incelemeye karar verdi (aşağıda açıklandığı gibi). Daha sonra psilosibin sentezledi ve yüzden fazla bilimsel makale ve LSD: My Problem Child dahil çok sayıda kitap yazdı.

LSD'nin popüler hale gelmesine ve tıbbi araştırmaların bu kadar uzun süre yasaklanmasına üzüldü. Bana LSD'nin nasıl kullanılacağını soran binlerce kişiye tavsiyesinin şu olduğunu söyledi.

Machine Translated by Google

basit ve doğrudan: "Her zaman doğada kullanın. " 102 yaşına kadar yaşamını tam olarak bu maddelerin kullanımına bağlamasa da, bunlar yaşamının ve dünya görüşünün merkezinde yer aldı. 101 yaşındaki Hofmann'ın ilk deneyimlerini yansıtan bir videosunu izlemek için lütfen gidiniz. www.youtube.com adresine gidin ve "Albert Hofmann" üzerinde arama yapın ve "elmercuriodeinternet. Aşağıdaki materyal, Hofmann ile bir röportajdan alınmıştır.

High Times dergisi ve LSD: My Problem Child adlı kitabından.1

İlk olarak 1938'de sentezlediğim bu madde, liserjik asit dietilamid, test edilmek üzere Sandoz laboratuvarlarında farmakolojik-tıbbi bölüme verildi. Test için kullanılan hayvanların bu bileşikle özel bir reaksiyonu olmadı ve bu madde ile daha fazla araştırma durduruldu.

Beş yıl sonra, 1943'te, yeni bir liserjik asit dietilamid partisi hazırlamaya karar verdim.... En başından beri, bu maddenin özel bir şey8 olduğunu düşündüm. Bu sadece benim hissettiğim bir histi... Sonra, sentezin sonunda, LSD'yi kristalleştirirken, aniden çok garip, rüya gibi bir duruma girdim. Her şey değişti, beklenmedik bir şekilde her şeyin başka bir anlamı vardı. Eve gittim ve uzandım ve gözlerimi kapattım ve çok, çok uyarılmış fanteziler kurdum. Sadece bir şey düşünürdüm ve gördüğüm şey buydu. Harikaydı.

Ama neden bu tuhaf deneyimi yaşadığımı bilmiyordum... Üç gün sonra ben ...belki de garip bir şekilde bu liserjik asit dietilamidin bir kısmını vücuduma aldığımı düşündüm ve buna karar verdim. onunla kendi üzerimde deneme. Bir miligramın sadece dörtte birine denk gelen 250 mikrogram alarak başladım.

Yarım saat içinde, üç gün önce yaşadığım semptomlara benzer semptomlar yaşamaya başladım. Ama çok hızlı bir şekilde çok güçlü, çok yoğun hale geldiler ve endişelendim, bu yüzden laboratuvar asistanımdan eve kadar eşlik etmesini istedim.

Savaş zamanı olduğu ve arabam olmadığı için eve bisikletle gittik ve bisiklet yolculuğu tuhaftı. Durumum tehditkar biçimler almaya başladı. Görüş alanımdaki her şey, sanki kavisli bir aynadaymış gibi dalgalandı ve çarpıtıldı. ben de var olma hissine kapıldım

Machine Translated by Google

yerden hareket edemez. Zamanın durduğu hissine kapıldım. Bu çok garip bir duyguydu, daha önce hiç yaşamadığım bir duyguydu. Zamanın yaşam deneyiminde bir değişiklik oldu. Ama bu en sinir bozucu şeydi. Zaten LSD transında, LSD sarhoşluğundaydım ve özelliklerinden biri, tam bu bisiklet gezisinde, hiçbir yerden gelmemek ya da hiçbir yere gitmemekti. Kesinlikle zaman hissi yoktu.

Evde asistanımdan doktor çağırmasını istedim....
Çok garip bir bilinç durumundaydım. Dış dünya değişmişti. Oda ışıkta hayat dolu görünüyordu ve renkler daha yoğundu. Ama aynı zamanda değiştiğimi, egomun değiştiği hissine kapıldım. Sonra o kadar tuhaf bir deneyim oldu ki delirmiş olmaktan korktum. Ve bu deneyim sırasında bir ara, dorukta, vücudumun dışındaymışım gibi hissettim.

İçimde öleceğim duygusu vardı. Vücudumda hiçbir his yoktu ve onu çoktan terk ettiğimi düşündüm, zaten vücudumdan çıkmıştı, ki bu da doktora açıklayamadığım bir şeydi. Ben de bir deney yaptığımı açıklamak için mantıklı konuşamıyordum. Bu yüzden o çok zor deneyim boyunca benimle oturdu - korkunç derecede zor - ve yaklaşık dört ya da beş saat sonra duygu değişmeye başladı. Bu çok garip diğer dünyadan normal dünyamıza döndüğümü hissettim. Ve bu garip dünyadan döndüğümde, normalde harika olduğunu düşünmediğimiz normal dünyamızın harika bir dünya olduğu hissine kapıldım. Yeni bir ışıkta gördüm. Bu bir yeniden doğuştu.

Ancak bu mutlu duygu ancak deneyimin sonundaydı. Geri döndüğümde gözlerimi kapattım ve güzel, renkli görüntüler gördüm. Her sesin optik bir şekle dönüşmesi söz konusuydu. Her gürültü , çok zevkli olan, karşılık gelen renkli bir figür üretti .

Sonunda uyumaya gittim ve sabah tamamen tazeydim. İyi olma ve yenilenmiş bir yaşam hissi içimi kapladı. Kahvaltı lezzetliydi ve bana olağanüstü bir zevk verdi. Daha sonra, bir bahar yağmurundan sonra güneşin parladığı bahçede yürüdüğümde, her şey taze bir ışıkla parıldadı ve parıldıyordu.

Machine Translated by Google

Aldous Huxley

Aldous Huxley (1894-1963), 1937'den 1963'teki ölümüne kadar yaşamının son bölümünü Los Angeles'ta geçiren bir İngiliz yazardı. En çok bilinen romanları Cesur Yeni Dünya ve Ada'dır . romanlar, denemeler, kısa öyküler, şiir, gezi yazıları ve film senaryolarının geniş kapsamlı çıktısı. Gençliğinden beri neredeyse yasal olarak kör olan Huxley, psychedelic deneyimlerinin görsel yoğunluğundan özellikle memnundu. Dört bin kitaptan oluşan kütüphanesi ve neredeyse tamamlanmamış tüm el yazmaları hayatının sonlarında bir yangında yok olduğunda, sadece "Yeniden başlamak garip görünüyor.

"

Huxley'in psychedelics hakkında en çok bilinen kitabı The Doors of Perception, meskalin ile ilk deneyimlerinin ayrıntılı bir açıklaması ve tartışmasıdır. İlk deneyiminden kısa bir süre öncesine kadar LSD hakkında hiçbir şey bilmiyordu. Mektuplarından yapılan bu seçmelerde (Moksha: Aldous Huxley's Classic Writings on Psychedelics and the Visionary Experience"), kendi deneyimlerini tesadüfen değil, varlığın doğası hakkındaki ifşaatların nasıl derin bir etki bıraktığını ortaya koyuyor. kültür, insanlık ve evren anlayışı üzerine.

www.youtube.com adresine gidin ve kısa bir video için "Huxley's LSD Death Trip"i arayın ölümü sırasında kendisine yardım etmesi için LSD'yi istemesi ve alması hakkında.

23 Aralık 1955

Sevgili Humphry'm [Huxley meskalin vermiş olan Humphry Osmond],
Benim durumumda psikolojik etkiler meskalininkilerle aynıydı ve bir önceki vesileyle yaşadığım deneyimin aynısını yaşadım: dış dünya ve tüm insanı kapsayan bir kavrayış yoluyla, Sevginin Bir olduğunu ve bu nedenle Atman'ın Brahman ile özdeş olduğunu ve bu nedenle, her şeye rağmen, evrenin iyi olduğunu... Bach B-minör süitini ve "Müzikal Arz"ı çaldık ve deneyim çok güçlüydü. Bach bir keşifti. Parçaların temposu değişmedi;

Machine Translated by Google

yine de yüzyıllar boyunca devam ettiler ve sanat düzleminde, sürekli yaratılışın bir tezahürü, ölümün gerekliliğinin bir kanıtı ve ölümsüzlüğün kendi kanıtı, evrenin temel mutlak doğruluğunun bir ifadesiydi - çünkü müzik trajedinin çok ötesindeydi, ancak Bir olan, Aşk olan, Varlık veya Istigkeit olan ilahi tarafsızlıkta diğer her şeyle birlikte ölüm ve ıstırabı da içeriyordu... Terapide meskalin veya LSD kullanırsanız size tavsiyede bulunmama izin verin. , B-minör süitin etkisini denemek için. Her şeyden çok, hastanın zihnini (doktor veya papaz tarafından herhangi bir öneri veya gizli zorbalık olmaksızın) ana, ilkel Gerçeğe yönlendirmeye hizmet edeceğine inanıyorum. ve anlayışının hatırası, gelecekte akıl hastalığına karşı bir panzehir olarak hizmet edebilir.

sevgiyle, Aldous

19 Temmuz
1956 Sevgili Victoria [Victoria Ocampo, seçkin edebiyat dergisi Sur\'un editörü, ...hepimizin bu muazzam vizyon evrenini ve vizyonun ötesindeki evreni taşımamız ve yine de esas olarak bu vizyondan haberdar olmamamız ne kadar garip. hakikat! Bir bilinç dünyasından diğerlerine istediğimiz gibi geçmeyi nasıl öğrenebiliriz? Meskalin ve liserjik asit kapıyı açacak; ancak az çok tamamen zararsız görünseler de, yalnızca bu kimyasallara bağımlı olmaktan hoşlanmaz . Şimdi yaklaşık altı kez meskalin aldım ve vizyon aleminin ötesine, mistiklerin "karanlık bilgi" dediği şey alemine götürüldüm - acı ve trajediye rağmen, evren tamamdır, başka bir deyişle Tanrı Sevgidir. Sözler utanç verici derecede saçma ve ortalama bilinç düzeyinde doğru değil. Ama biz daha yüksek seviyede olduğumuzda, bilincin artık bir parçası olduğu ilkel Gerçeği temsil ettikleri görülüyor....

Her zaman sevgiyle,

Machine Translated by Google

Aldous

20 Kasım 1956 Sevgili

Ellen [Ellen Huxley], Meskalin
deneyimine ilişkin büyüleyici anlatımınız için teşekkür ederim... Son zamanlarda bu kadar güçlü bir şekilde sahip olduğum şeyi aldınız mı? Bu özel deneyimin ayrıcalığı için Şeylerin Düzeni'ne teşekkür etme arzusu ve aynı zamanda bu belirli gezegende bir insan vücudunda yaşamanın ayrıcalığı - her şeye rağmen olduğu hissedilen kişi için -? Ve sonra, hangi nedenle olursa olsun, uyuşturucunun ortaya çıkardığı gerçekliğe yaklaşmayı kendileri için imkansız kılanlara yönelik yoğun bir şefkat duygusu vardır - bu, doğru zihin durumunda olanlar için her zaman orada olan gerçekliktir. onu algılayın... Deneyim bittikten sonra bile, şefkatin bir kısmı ve bir kısmı minnettarlık kalır. İnsan bir daha asla eskisi gibi olamaz....

Senin sevgin, Aldous

11 Şubat 1962
Sevgili Tim [Timothy Leary],
son mektubumda Tantra hakkındaki sorunuza cevap vermeyi unuttum... sadece anormaller için, her şeyden önce, "normallik" veya "akıl sağlığı" dediğimiz çok daha vahim bir duyarsızlık ve cehalet hastalığının tedavisidir. Bana öyle geliyor ki, LSD ve mantarlar, günlük deneyim dünyasında aydınlanmaya yol açan toplam farkındalığın yogasına ilişkin bu temel Tantrik fikir bağlamında kullanılmalıdır - ki bu elbette mucize, güzellik ve ilahi gizem dünyası haline gelir. deneyim her zaman olması gereken şey olduğunda.

senin, Aldous

Stanislav Grof

Machine Translated by Google

Stanislav Grof, 1931 doğumlu, olağandışı bilinç durumlarının iyileştirme ve dönüştürücü potansiyelini araştırma konusunda elli yıldan fazla deneyime sahip bir psikiyatristtir. Transpersonal Psychology ve International Transpersonal Association'ın kurucusu, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki California Institute of Integral Studies ve Pacifica Graduate Institute'de psikoloji profesörü ve Beyond the Brain, LSD Psychotherapy, Psychology gibi birçok kitabın yazarıdır. Geleceğin, Kozmik Oyun, İmkansız Olduğunda ve Nihai Yolculuk.

Grof'u www.youtube.com adresine giderek ilk LSD deneyimini tartışırken görebilirsiniz . ve "Stan Grof, LSD Deneyimi hakkında. Grof'un Yoga Journal için yaptığı bir röportajı" araştırdı.

O birkaç saat içinde ruhum hakkında ne kadar çok şey öğrendiğime inanamadım. Bazıları soyut ve geometrik, bazıları mecazi ve sembolik içerikle dolu, renkli vizyonların fantastik bir görüntüsünü yaşadım. Hissettiğim duygu dizisinin katıksız yoğunluğu beni hayrete düşürdü. Bir nükleer patlamanın merkez üssüne benzeyen bir parlaklık ya da belki de doğu yazılarında ölüm anında bize görünmesi için söylenen doğaüstü parlaklığın ışığıyla karşılaştım.

Bu yıldırım beni vücudumdan fırlattı. Önce yakın çevrem, sonra psikiyatri kliniği, sonra Prag [Çekoslovakya] ve nihayet gezegen hakkındaki farkındalığımı kaybettim. Akıl almaz bir hızla bilincim kozmik boyutlara genişledi. Büyük patlamayı deneyimledim, evrendeki kara deliklerden ve beyaz deliklerden geçtim, patlayan süpernovalarla özdeşleştim ve pulsarlar, kuasarlar ve diğer kozmik olaylar gibi görünen daha birçok garip fenomene tanık oldum.

Durumun ironisini ve paradoksunu görebiliyordum. İlahi, kendini gösterdi ve modern bir bilimsel laboratuvarda, komünist bir ülkede yirminci yüzyıl kimyagerinin test tüpünde üretilen bir maddeyle yapılan bilimsel bir deneyin ortasında beni ele geçirdi.

Machine Translated by Google

ALEXANDER SHULGIN, TIMOTHY LEARY, RICHARD ALPERT (RAM DASS), RALPH METZNER, VE HUSTON SMITH

Alexander Shulgin

Alexander "Sasha" Shulgin, 1925'te doğdu, en iyi ilaç geliştiricisi olarak bilinen bir farmakolog ve kimyagerdir. Shulgin, 230'dan fazla psikoaktif bileşiği keşfetti, sentezledi ve biyolojik olarak test etti (özellikle kendi üzerinde denedi). 1991 ve 1997'de, o ve eşi Ann, PiHKAL: Bir Kimyasal Aşk Hikayesi ve TiHKAL: Devam kitaplarını , bu bileşiklerin birçoğunun nasıl yapılacağına ve etkilerine dair kişisel hikaye koleksiyonları ve açıklamaları yazdı . "Araçlar" dediği şeyleri yaratmakla ilgileniyor, ancak etkilerini araştırmayı başkalarına bırakıyor. Pek çoğumuz için o yumuşak başlı, sonsuz destekleyici, alçakgönüllü bir arkadaş oldu. Shulgin'in ne yaptığını ve neden yaptığını açıkladığı videoyu görmek için www.youtube.com adresine gidin. ve "Alexander Shulgin: Neden Saykodelik Maddeleri Keşfediyorum"u aratın.

Aşağıdaki alıntı o/PiHKAL: Kimyasal Bir Aşk adlı biyografik bölümden alınmıştır.

Hikaye.4

Bununla ilgili son literatürü okumuştum, ancak 1960 Nisanına kadar bir psikolog arkadaşım ve onun bir arkadaşı ... bana 400 miligramlık bir deneyimde "bebek bakıcılığı" yapma fırsatı vermedi. meskalin sülfat. Hafızamda parlak bir şekilde canlı kalacak ve hayatımın tüm yönünü tartışmasız bir şekilde doğrulayan bir gündü.

O günün ayrıntıları umutsuzca karmaşıktı ve notlarımda gömülü kalacak, ancak deneyimin özü, özü şuydu: Dünyayı çeşitli kılıklarda gördüm. Benim için emsali olmayan bir renk harikası vardı, çünkü renk dünyasını hiçbir zaman özellikle fark etmedim. Gökkuşağı bana her zaman sağladı

Machine Translated by Google

cevap verebileceğim tüm tonlarla. Burada birdenbire, benim için yeni olan ve bugün bile asla unutmadığım yüzlerce renk nüansı ile karşılaştım.

Dünya ayrıntılarıyla çok muhteşemdi. Bir arının mahrem yapısını görebiliyordum.

kovanına götürmek için arka ayağındaki keseye bir şey koyarken, arının yüzüme yakınlığıyla içim rahattı.

Dünya bir yorumlayıcı içgörü harikasıydı. İnsanları hem acılarını hem de umutlarını ortaya koyan karikatürler olarak görüyordum ve bu şekilde görmeme pek aldırmıyor gibiydiler . Her şeyden çok, dünya beni şaşırttı, çünkü onu çocukken gördüğüm gibi gördüm. Bilincindeki güzelliği ve sihri unutmuştum. Bir zamanlar ölümsüz bir kaşif olarak dolaştığım uzayın tanıdık topraklarındaydım ve o zamanlar gerçekten bildiğim ve yaşımla birlikte terk ettiğim, sonra unuttuğum her şeyi hatırlıyordum. Bir rüyayı ani bir mevcudiyete çağrıştıran mihenk taşı gibi, bu deneyim de çocukluğumda bildiğim ama unutmaya zorlandığım bir heyecan mucizesini yeniden doğruladı.

Günün en ikna edici içgörüsü, bu müthiş hatırlamanın bir gram beyaz katının bir parçası tarafından meydana getirilmiş olduğuydu, ancak hiçbir şekilde bu anıların beyaz katı içinde yer aldığı iddia edilemezdi. Tanıdığım her şey hafızamın ve ruhumun derinliklerinden geliyordu.

Tüm evrenimizin akılda ve ruhta olduğunu anladım. Ona erişim bulmamayı seçebiliriz, hatta varlığını inkar edebiliriz, ama aslında o içimizdedir ve onun mevcudiyetini katalize edebilecek kimyasallar vardır. Sahip olabileceğim tüm enerjileri ve becerileri, bu araçların doğasını açığa çıkarmak için kendimi açığa vurmaya adamaya karar vermem artık bir tarih meselesi.

Öğrenme yolumu bulmuştum.

Timothy Leary

Timothy Leary, Ph.D. (1920-1996), California Üniversitesi, Berkeley ve Harvard Üniversitesi'nde (1963'te kovuldu) psikoloji dersleri verdi ve büyük bir

Machine Translated by Google

1960'larda ve 1970'lerde tartışmalı bir figürdü çünkü kendini keşfetmek için psychedelics'in yaygın kullanımını destekledi. Başkan Richard Nixon tarafından "Amerika'nın en tehlikeli adamı" olarak tanımlanan, neredeyse sekiz yılını, herhangi bir suçtan çok inançları için hapiste ve sürgünde geçirdi. Yazar William Burroughs, Leary'den "insan aklının ve ruhunun potansiyelinin gerçek bir vizyoneri. Şair Allen Ginsberg onu "Amerikan bilincinin bir kahramanı" ilan etti. Romancı Tom Robbins, Leary'nin "çağımızın Galileo'su" olduğunu söyledi. Leary 27 kitap ve monografi ve 250 makale yazdı ve 100'den fazla yayınlanmış röportaj verdi. Leary'yle -arkadaş ya da düşman- vakit geçiren herkes onun arkadaş canlısı, eğlenceli, herkesin ağzından çıkacak kadar zeki ve son derece çekici olduğu konusunda hemfikirdi. Psikedelik araştırmaların durdurulmasına neden olduğu için ona çok fazla itibar edilirken, bu materyallerden herhangi birinin kullanılmasında güvenli bir setin ve ortamın merkezi olduğu konusundaki ısrarı için yeterince itibar görmemiştir.

Leary'nin otobiyografisi, Flashback'ler ve onun hakkındaki yazılardan oluşan bir koleksiyon olan Timothy Leary: Dışarıya Bakmak, editörlüğünü Robert Forte'un yaptığı, onu anlamaya başlamak için okunması gereken en iyi kitaplardır. Tim'in ilk deneyimi mantarlarla oldu, bunu kısa süre sonra psilosibin ve ardından LSD izledi. Mantarları yedikten beş saat sonra Leary her şeyin değiştiğini söyledi. Vahiy gelmişti. Klasik vizyon, tam gelişmiş dönüşüm deneyimiydi.

High Priest adlı kitabında Leary şöyle yazmıştı: "Biz [Leary ve Alpert] psikoloji oyununun, insanlara yardım etmeye çalışma oyununun ve geleneksel aşk ilişkileri oyununun ötesine geçmiştik. Sessizce ve sakince çok fazla şeyin farkındaydık. .... O sarsıcı ontolojik yüzleşmeden bir türlü kurtulamadım, kendimi, zihnimi ve çevremdeki sosyal dünyayı hiçbir zaman ciddiye alamadım.

"Bu oturumun tarihinden itibaren Harvard'dan ayrılmamız, Amerikan toplumundan ayrılmamız kaçınılmazdı...

anlamsızlıklar."0

Machine Translated by Google

Birth of a Psychedelic Culture kitabında Ram Dass, "Tim LSD'yi ilk aldığında haftalarca konuşmadı. Etrafta dolaşıp '...Timothy'yi kaybettik, Timothy'yi kaybettik' dedim. Tim konuşmadığı için herkesi ilacı almamaları konusunda uyarıyordum..."

Leary, ilk LSD deneyiminin "hayatının en sarsıcı deneyimi" olduğunu söyledi.

Ram Dass (daha sonra Richard Alpert)

1931'de doğan ve daha çok Ram Dass olarak tanınan Richard Alpert, çağdaş bir ruhani öğretmendir ve The Only Dance There Is, Be Here Now ve The Psychedelic Experience gibi birçok kitabın yazarıdır. (Leary ve Metzner ile birlikte). Berkeley'deki California Üniversitesi'nde misafir profesör olarak görev yaptıktan sonra Harvard Üniversitesi'nde Sosyal İlişkiler Departmanı, Psikoloji Departmanı, Eğitim Enstitüsü ve Sağlık Hizmetleri ile çalıştığı bir pozisyonu kabul etti. terapist. Ayrıca, 1963'te Leary ile birlikte kovulana kadar Yale ve Stanford ile araştırma sözleşmeleri aldı. Ram Dass, gurusu Neem Karoli Baba ile olan ilişkisi ve iki hayır kurumu olan Seva Vakfı'nın kurulmasına yardım etmesiyle de tanınır. ve Hanuman Vakfı.

Hayatının mesajını özetleyip özetleyemeyeceği sorulduğunda Ram Dass, "Kendim üzerinde çalışmanın bir yolu olarak insanlara yardım ediyorum ve insanlara yardım etmek için kendim üzerinde çalışıyorum" yanıtını verdi. Psikedeliklerle herhangi bir ilişkisi olmadan önce Harvard'da benim akıl hocamdı ve daha sonra (17. bölümde anlatıldığı gibi) bana ilk saykodelik deneyimimi verdi. Hayatımın yönünü değiştirdi. Bu kitap, bir bakıma, ona kısmi bir teşekkür niteliğindedir. www.youtube'a giderseniz . com ve "Richard Alpert—The LSD Crisis" üzerinde arama yapın, çok genç bir Richard Alpert'in erken dönem psychedelic anlayışlarını tartıştığını göreceksiniz. Uzun yıllardır dünya çapında önemli bir manevi öğretmen olmuştur. Aşağıdaki alıntı onun bölümünden

Kitap Yüksek Bilgelik.

Machine Translated by Google

Psikedeliklerle tanışmam Tim Leary aracılığıyla oldu... Çok hevesliydim... 1961 yılının Mart ayında, Newton'daki büyük, gösterişli evinde bazı psilosibin hapları aldık. Tim ve ben de orada olan Allen Ginsberg ile birlikte psilosibin haplarını aldık.

Tim ve Allen'ı mutfakta bıraktım ve karanlık olan oturma odasına gittim.
Sonunda odanın köşesinde birinin olduğunu fark ettim ve kim olduğunu görmeye çalıştım. Ve anladım ki o benim! Ben, çeşitli rollerimde (pilotluk, akademisyenlik) tüm rollerim dışarıda bir yerdeydi. O rolleri yaşıyordum, bu yüzden onları "orada" görmek oldukça zordu. "Bu ilaç benim kim olduğumu bilmememi sağlayacak. Oradaki rollerim bunlarsa, geriye ne kalacak?" diye düşündüm. sonra düşündüm ki, "En azından vücudum var." Bu benim ilk hatamdı, çünkü kanepeye baktım ve orada ceset olmayan dolu kanepeyi gördüm! Beni korkutan. O zamanlar felsefi bir materyalist olarak bedenimin gerçekten sağlam olduğunu düşünüyordum. Bir tür Yahudi mizahıyla, "ama dükkâna kim bakıyor?" diye merak ettim.

Sonunda kendi içimde daha önce hiç bulunmadığım bir yere gittim. "Ev" olma mesajını ileten bir duygu/tondu. Güvenli bir evdi, kendinden geçmiş bir evdi....

Sonunda bu deneyimden kurtuldum ve bir kar fırtınası yaşadığımızı fark ettim^7 Tim'in evinin bir tepede olduğunu ve kendinden geçmiş halde karlı tepeden aşağı yuvarlandım... Tim'in evi ailemin evinden sadece üç blok ötedeydi. büyüdüğüm ev. Bu yüzden karda evlerine yürüdüm. Yürüyüşlerine geldiğimde ve kürek çekmediğini gördüğümde, ailedeki genç geyik olarak, sevgili yaşlı ebeveynlerim için yürüyüşü kürek çekmem gerektiğini hissettim. Bu yüzden yürüyüşü kürekledim.

Ne yazık ki saat sabahın dördüydü. Babam ve annem yüzlerinde bir ifadeyle pencerelerinin önünde belirdiler: "Senin sorunun ne, seni küçük aptal?"

Şimdi, bebekliğimden beri, davranışlarımı belirlemek için her zaman ailemin tutumlarına baktım. Daha sonra, bunun için vekillerine baktım: profesörler ve bölüm başkanları. Ama içimde, içimdeki bu "evde" onları kürekle küreklemek çok iyi geldi.

Machine Translated by Google

yürümek. Ben de aşağıda dans ettim, el salladım ve kar kürekledim. Bu, otoriteyi ilk kez çiğnediğim zamandı. O psilosibin gezisi sırasında anahtar "aha" buydu.

Bundan çok kısa bir süre sonra Aldous Huxley bize Tibet Ölüler Kitabı'nın bir kopyasını verdi. Ölmekte olan keşişlere okunmak üzere tasarlanmış bir kitap vardı, bu yüzden onunla bu kadar güçlü bir şekilde özdeşleşmek benim için şok ediciydi.

Tibet Ölüler Kitabı bana doğu psikolojisinin, deneyimlediğim bu "ev" duygusunun içsel işleyişini tanımladığı hissini verdi. "O an"ın içerdiği şeyler beni büyüledi. Çok katlı baklava gibiydi. Uçaklar üzerindeki uçaklar gibi ve bazıları deli, bazıları baldı. Örneğin, renklerin ve müziğin inanılmaz derecede canlı hale geldiği ve Mozart'ın bu alemlere erişmiş ve onları dinlemiş gibi göründüğü vecd hali vardı. Ve çok beğendim.

Ralph Metzner

1936'da doğan Ralph Metzner, 1960'ların başında Leary ve Alpert ile Harvard Üniversitesi'nde psikedelik araştırmalara katılan bir psikolog, yazar ve araştırmacıdır. Metzner, aynı zamanda akademik dekan ve akademik başkan yardımcısı olduğu San Francisco'daki California İntegral Araştırmalar Enstitüsü'nde psikoterapist ve fahri psikoloji profesörüdür. O ve ben, Richard Alpert için 8. araştırma asistanlığı yaptığımızdan beri (psikedeliklerden önce) arkadaşız ve o zamandan beri de yakınız. Neredeyse tüm çalışmalarımın laboratuvarda üretilen psikedeliklerle olmasına rağmen, Ralph beni daha eski, doğa temelli geleneklerle yeniden ilişkilendiren insanlardan biri.

Metzner'in 2008'de İsviçre'nin Basel kentinde düzenlenen Dünya Psychedelic Forum'da sunum yaparken çekilmiş videosunu görmek için www.YouTube'a gidin. ve "Metzner" ve "World Psychedelic Forum"u arayın. Aşağıdaki alıntı, birlikte yazdığı kitaptan alınmıştır.

g

Leary, Dışarıya Bakıyor. Bu deneyim sırasında yüksek lisans öğrencisi olmasına rağmen, Metzner kısa süre sonra Harvard'dan ayrıldıktan sonra Leary ve Alpert ile eşit bir ortak oldu. O

Machine Translated by Google

şu anda, insanlar ve dünya arasındaki ilişkiyi iyileştirmeye ve uyumlu hale getirmeye adanmış, kar amacı gütmeyen bir eğitim kuruluşu olan Green Earth Foundation'ın kurucu ortağı ve başkanıdır.

Yere uzandım ve gerindim, kendimi çok rahat ama yine de çok uyanık hissediyordum ...birdenbire kendimi tamamen yeni ve büyülü dünyalarda buldum ...gözlerimi kapattığımda fevkalade güzel ve karmaşık geometrik derinlik desenleri vardı. Göz kapaklarımın arkasına dokunarak, seyrederek, çarpışarak, büyük bir hızla akarak ... tenim beni kucaklıyor, bir çeşit alternatif ıslak ve kuru, sıcak ve soğuk, neredeyse dayanılmaz zevkli bir kucaklama içinde...

...belli bir noktada, deneyimlerin yoğunluğunun yavaş yavaş kayma gibi azalmaya başladığını fark ettim. Vücut çok sıcak ve rahatlamış hissediyordu. Normal dünya algımın nasıl daraldığını ve bir şekilde kabul ettiğim birçok yasakla sınırlandığını anladım...

Bu belki de bu deneyimin en önemli ifşasıydı: temelde algılayabildiğim ve düşünebildiğim şeyden sorumluydum, ancak dış güçlere bağlı değildim, daha çok farkındalığımın kapsamını ve kalitesini belirleyen seçimler yaptım.

Huston Smith

Huston Smith, Ph.D., 1919'da Çin'in Suzhou şehrinde doğdu ve ilk on yedi yılını Metodist misyoner olan ebeveynleri ve kardeşleriyle birlikte orada geçirdi. 1959'dan 1973'e kadar Massachusetts Institute of Technology'de Felsefe Bölümünün başkanlığını yapmadan önce 1944'ten 1947'ye kadar Denver Üniversitesi'nde ve 1948'den 1958'e kadar St. Louis'deki Washington Eyalet Üniversitesi'nde ders verdi . psychedelics ve Leary ve Alpert ile çalıştı. Syracuse, New York'a taşındı ve 1983'te emekli olana kadar Syracuse Üniversitesi'nde çalıştı.

Smith, kariyeri boyunca sadece eğitim almakla kalmadı, aynı zamanda Hıristiyan köklerini kaybetmeden Vedanta Hinduizm, Zen Budizm ve Sufizm'i de uyguladı. En büyük zevklerimden biri, Huston'a yaklaşmak ve merhabaya sarılmadan önce görünüşte ışıkla dolduğunu görmek.

Machine Translated by Google

Huston, ülke çapındaki kolejler için bir ders kitabı olan ve türünün en çok okunan kitabı olmaya devam eden Dünya Dinleri adlı kitabıyla tanınır . Harvard'da yapılan psychedelics'teki erken çalışmaları şekillendirmeye (başarısız bir şekilde) çalışmadaki rolüyle daha az tanınıyor. www.youtube.com adresine giderek ve "Huston Smith on How to Study a Religion"da arama yaparak, bir din hakkında nasıl bilgi edineceğinizi öğreneceksiniz: tamamen dalarak. Huston'ın dünyanın belli başlı manevi geleneklerini öğrettiği birçok uzun video da mevcuttur. İlk psychedelic deneyimiyle ilgili aşağıdaki alıntı, onun

kitap Algı Kapılarını Temizlemek.9

1961 Yılbaşı. Kendra ve ben Dr. Timothy Leary'nin Newton, Massachusetts'teki evine 12:30 sularında ulaştık, Leary'nin yanı sıra Dr. George Alexander ve Frank Barron da oradaydı.

Kahve ve hoş sohbetlerden sonra Tim, sehpanın üzerine birkaç kapsül meskalin [muhtemelen psilosibin] serpti ve bizi misafiri olmaya davet etti. Birinin hafif doz, ikisinin ortalama doz ve üçünün büyük doz olduğunu söyledi. bir tane aldım; yaklaşık yarım saat sonra hiçbir şey olmuyormuş gibi görününce ben de ikinci bir kapsül aldım.

Yaklaşık bir saat olduğunu tahmin ettiğim süreden sonra, vücudumda artan ve bacaklarımda titremeye dönüşen gerginliği fark ettim. Geniş salona geçip kanepeye uzandım.

Vizyon durumuna geçtiğim zamanı düzeltmek benim için imkansız olurdu, çünkü geçiş algılanamazdı. Buradan sonra zaman anlamsızlaşıyor... İçine atıldığım dünya tuhaf, tuhaf, tekinsiz, anlamlı ve inanılmayacak kadar korkunçtu. Özellikle iki şey beni çok etkiledi. İlk olarak, meskalin psikolojik bir prizma görevi gördü. Sanki içeriğinin çoğunu bilinçli mincP0'ın geri kalanını başa çıkabileceğimiz tek bir bant halinde eritmek için taradığı zihnin katmanları, şimdi tamlıklarında ortaya çıkıyordu - sanki spektroskopla yaklaşık beş ayırt edilebilir alana yayılmıştı. katmanlar. İşin garibi, bir dereceye kadar hepsinin aynı anda farkına varabilmem ve istediğim zaman aralarında ileri geri hareket edebilmemdi.

Machine Translated by Google

şimdi buna, şimdi bir başkasına dikkat edin. Bu nedenle, bitişik çalışmada Tim ve Dr. Alexander'ın sessiz konuşmasını net bir şekilde duyabiliyordum ve tartışmalarını takip edebiliyordum ve hatta hayal gücümle katılabiliyordum.

Ancak bu, ikinci işaretli özelliğe yol açar. Beş bilinç bandı olsa da - kabaca beş diyorum; keskin bir şekilde bölünmemişlerdi ve onları saymak için hiçbir girişimde bulunmadım - hepsi gerçekti, eşit öneme sahip değillerdi. Emanasyonizm olarak bilinen metafizik teoriyi deneyimliyordum; bu teoride, Boşluğun berrak, kırılmamış Işığı ile başlayarak, o ışık daha sonra çoklu biçimlere bölünür ve alçalan gerçeklik seviyelerinde geliştikçe yoğunluğu azalır. Çalışmadaki arkadaşlarım bu spektrumun bir bandında mevcuttu, ancak görünen yüksek bantlardan çok daha kısıtlıydı.

Bergson'un beyni bir indirgeme valfi olarak gördüğü fikri bana isabetli geldi.

"Psikolojik prizma" ile birlikte aklıma başka bir ifade geldi: ampirik metafizik. Plotinus'un yayılma teorisi ve onun daha ayrıntılı Vedantik karşılığı, şimdiye kadar benim için yalnızca kavramsal teoriler olmuştu. Şimdi onları, alçalan bantları önümde yayılmış halde görüyordum. Felsefe tarihçilerinin bu tür dünya görüşlerinin yaratıcılarını spekülatif dahiler olarak kabul etmede ne kadar aldandıklarını düşünerek kendimi eğlendirirken buldum. Bunun gibi deneyimleri olsaydı, hack muhabirlerinden başka bir şey olmaları gerekmezdi. Ancak bu felsefelerin kökenini açıklamanın ötesinde, deneyimlerim onların doğruluğunu destekledi. Platon'un mağara mitinde olduğu gibi, şu anda gördüğüm şey, bana güneşin gücüyle çarptı, buna kıyasla günlük deneyimin loş bir mağarada yalnızca titreyen gölgeleri ortaya çıkarması.

Yazdıklarımdan, deneyimin zevkli olduğu varsayılmamalıdır.
Doğru kelimeler anlam ve dehşettir... Bu deneyim çok önemliydi çünkü bana daha önce sadece var olduğuna inandığım ve hayal etmek için pek başarılı olamadığım gerçekliğin menzilini gösterdi. O halde terör nereden? Kısmen, psişenin mutlak özgürlüğüne ve beden üzerindeki egemenliğine dair hissimden. Vücudumun farkındaydım, kanepede bir cenaze masasındaymış gibi, serin ve hafif bir şekilde uzanıyordum.

Machine Translated by Google

nemli. Ama aynı zamanda, ancak ruhum ona yeniden girmeyi seçerse yeniden harekete geçeceği hissine kapıldım. Öyle seçmeli mi? Bunu yapması için net bir sebep yok gibiydi....

Daha sonra, zirve geçtikten ve birkaç adım yürüdükten sonra, Tim'e dedim ki, "Umarım burada neyle oynadığını biliyorsundur. Hâlâ etki altında olduğumu ve bazı şeylerin muhtemelen olduğundan farklı göründüğünü anlıyorum. ama bana öyle geliyor ki bu deneylerde çok büyük bir risk alıyorsun... Kendimi ameliyathanede gibi hissediyorum, hayatımın iki saat boyunca içinde asılı kaldığı bir çileyi zorlukla atlatmış gibi hissediyorum. denge."

Görselle ilgili bir şey söylemedim. Önemli olduğu yerde soyuttu. Asla karada veya denizde olmayan ışıklar. Ve uzay - üç ya da dört boyut değil, daha çok on iki boyut.

Üçüncü Dalga

RABBI ZALMAN SCHACHTER-SHALOMI, CHARLES TART, FRANCE VAUGHAN, BILL WILSON VE PETER COYOTE

Haham Zalman Schachter-Shalomi

Haham Zalman Schachter-Shalomi, Ph.D., 1924'te Zhovkra'da (daha sonra Polonya) doğdu. Yahudi Yenileme Hareketi'nin kurucularından biridir. Viyana'da büyüdü, Vichy Fransızları altındaki gözaltı kamplarında tutuldu ve 1941'de Amerika Birleşik Devletleri'ne kaçtı. 1947'de Ortodoks haham oldu ve ardından İbrani Birliği Koleji'nden doktora derecesi aldı. Başlangıçta Lubavitcher Rebbe tarafından üniversite kampüslerinde konuşmaya gönderildi, ancak LSD'nin kutsal değerini övdüğü için Çabad'dan atıldı.

Schachter-Shalomi sonunda Lubavitch hareketini tamamen terk etti ve "Işığın Çocukları" anlamına gelen B'nai Or olarak bilinen kendi örgütünü kurdu. Uzun yıllar boyunca birçok hahamın ve diğerlerinin inançları ve psychedelic deneyimleri arasındaki kesişimi daha iyi anlamalarına yardımcı oldu. Neşeli ve coşkulu bir adam, onun bir düğün düzenlediğini hatırlıyorum.

Machine Translated by Google

saatlerce süren tören. Bir noktada, servisi durdurdu ve katılanlara şunları söyledi: "
Evet uzun bir hizmet ama inan bana evli kalıyorlar!"

Schachter-Shalomi, Naropa Enstitüsü ve Temple Üniversitesi'nde öğretim görevlerinde bulunmuştur. Aşağıdaki alıntı, Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing adlı kitabındaki "Dini Sınırları Aşmak" bölümünden alınmıştır.

Impact of Psychedelics, Roger Walsh ve Charley Grob tarafından düzenlendi.10

Çok harika bir yolculuktu. Daha sonra cehenneme inişlerin olduğu başka gezilerim de oldu, ama bu ilki harikaydı.

Psikedelikler hakkında harika olan şey, meydana gelen "zihin hareketi"ydi - bilincin akışkanlığının tanınması. Gerçeklik haritalarım artık mutlak değildi.
Psychedelics ile, tüm kozmolojilerin nasıl buluşsal olduğunu görebiliyordum ve bu, ne yapmak istediğinize bağlı. Çeşitli bakış açılarına girebilirim; Eğer evreni bir Hristiyan perspektifinden görmek isteseydim, anladım. Bu benim için çok önemli bir keşifti.

Öğrendiğim bir diğer şey de, kişinin tefekkür ödevini daha sonra yapmasının ne kadar önemli olduğuydu. Leary o zaman bana dedi ki, "Bunun ne kadar güçlü olduğunu ve insanlar için ne yapabileceğini hayal edin. Ve bunun kötüye kullanılması durumunda nasıl o kadar iyi olmadığını hayal edin." Ram Dass o yıllarda şunu söylerdi: "Ot için ehliyete eşdeğer bir ehliyete sahip olmalısınız. LSD için de bir pilot ehliyetine eşdeğer olmalısınız." Hazırlık ve bununla birlikte gelen sorumlulukları vurguladı.

Bu yüzden deneyim sizi yalnızca daha büyük bir vizyona açar. Vizyona sahip olduğunuzda, bu vizyonu gerçekleştirme yükünüz vardır. Başka bir deyişle, sizden taleplerde bulunur. Ama talepleri de görmezden gelebilir, kapıları tekrar kapatabilirsiniz ve sonra şeffaflaşan yerler opak hale gelir. Deneyimi hasat etmenize yardımcı olacak birinin yanınızda olması faydalıdır.

Bir süre sonra deneyimler daha az önemliydi ve seanslar arasında beklemeye ihtiyaç var gibiydi. O yıllarda bir psychedelic'e sahip olmanın önemli olduğunu hissettim.

Machine Translated by Google

Yılda en az iki kez, bir kez Yom Kippur'dan önce ve bir kez Pesah'tan önce, orayı tekrar ziyaret etmek ve orada neler olduğunu kontrol etmek için deneyimleyin.

charles tart

Charles Tart, Ph.D., 1937 doğumlu, Kişilerarası Psikoloji Enstitüsü'nde profesör ve California Üniversitesi Davis'te fahri psikoloji profesörüdür73 . Değişmiş bilinç durumları ve paranormal fenomenler alanlarında önde gelen bilim adamları arasındadır ve 1963'ten beri hipnoz, psikoloji, transpersonel psikoloji, parapsikoloji, bilinç ve farkındalık alanlarında araştırma ve teori ile ilgilenmektedir.

Tart bir düzineden fazla kitap yazmıştır, bunlardan ikisi, Altered States of Consciousness (1969) ve Transpersonal Psychology (1975) yaygın olarak kullanılan ders kitapları haline gelmiştir; Science and Nature'da baş makaleler de dahil olmak üzere profesyonel dergilerde ve kitaplarda yayınlanmış 250'den fazla makalesi bulunmaktadır . Tart'ın gerçek bilimin de içerdiği ısrarı

birinin ilginç bulduğu her şey genellikle kendi varsayımlarımı ve önyargımı anlamama yardımcı oldu. Bu alıntı onun tarafından düzenlenen Psychedelic Reflections kitabında "Bazı Psychedelic Anlayışların Her Gün Yaşama İlk Entegrasyonları" başlıklı bölümünden alınmıştır.

Lester Grinspoon ve James B. Bakalar.11

Kuzey Karolina Üniversitesi'nde psikoloji eğitimimi tamamlarken, ...biraz meskalin denemek için gönüllü oldum... Deneyi bir Cumartesi sabahı laboratuvardaki bir arkadaşın ofisinde denememiz kararlaştırıldı....

Birkaç dakika sonra en olağanüstü olay oldu. Birdenbire eski bir kolej binasındaki pis bir ofis olan oda, muazzam büyüklükte ve güzellikte bir katedrale benziyordu. Mobilyaların renkleri inanılmaz derecede güzeldi, daha önce hiç görmediğim derin doku ve tonlarla doluydu. Ofisin etrafındaki küçük objeler muhteşem sanat eserleriydi. Arkadaşlarım güzel renkli gökkuşaklarıyla çevriliydi. Gerçekten de, birkaç dakika içinde gökkuşakları her yerde havada süzülüyordu.

Machine Translated by Google

O ilk deneyimle ilgili en önemli şey, hayatımda ilk kez "güzellik" kelimesinin ne anlama geldiğini biliyor olmamdı. Doğru, daha önce binlerce kez konuşmuş, güzel olduğuna inanmam öğretilen nesneleri işaret etmiş ve bu sözcüğü onlarla bağlantılı olarak söylemiştim ve ara sıra bu tür nesnelerle ilgili olarak belirsiz, orta derecede olumlu duygular hissetmiştim. Şimdi anlıyorum ki, güzelliğin ne olduğunu anlamaya hiç başlamadım bile. İnanılmaz ve yoğun güzellik deneyimi deneyden sonra hızla kaybolurken, zihnimde bir kapı açıldı ve bunun asla tamamen kapanmayacağını hissettim.

Frances Vaughn

Frances Vaughan, bir psikoterapist ve öğretmen olan Ph.D., Shadows of the Sacred, Awakening Intuition ve The Inward Arc kitaplarının yazarıdır. Vaughan, Journal of Transpersonal Psychology'nin editörü ve Transpersonal Psychology Enstitüsü'nün kurucu öğretim üyelerinden biriydi. Transpersonal Psikoloji Derneği ve Hümanist Psikoloji Derneği'nin başkanlığının yanı sıra, misyonu gelişmekte olan küresel toplumda sevgi ve bağışlamanın gücünün farkındalığını teşvik etmek olan Fetzer Enstitüsü'nün mütevelli heyeti üyesidir. Aşağıda bildirdiği psychedelic seansı, tüm eğitim ve rehberliğimi yaptığım Menlo Park, California'daki International Foundation for Advanced Study'de gerçekleşti.

Dikkatli bir taramadan sonra bana meskalin ile birlikte yüksek dozda LSD verildi. Sonra rahatladım ve kulaklık ve siperlik kullanarak seçilen müziği dinledim.

iyi eğitimli bir psikiyatrist gözetiminde. Deneyim hayatımı değiştirdi.

Daimi felsefe ve tüm zamanların ezoterik öğretileri aniden anlam kazandı. Manevi arayıcılara neden içlerine bakma talimatı verildiğini ve bilinçaltının sadece yararlı bir kavram değil, aynı zamanda sonsuz bir yaratıcı potansiyel deposu olduğu ortaya çıktığını anladım. Gerçekliğin doğasına ve bu gerçeklik içindeki insan potansiyeline, yanıltıcı özdeşleşmeden ve bilinç kısıtlamalarından arınmış, doğrudan kendim olma deneyimiyle birlikte bir bakış sağlandığımı hissettim. Mistik öğreti anlayışım,

Machine Translated by Google

Doğulu ve Batılı, Hindu, Budist, Hıristiyan ve Sufi, büyük bir sıçrama yaptı. Bütün büyük dinlerin özündeki aşkın birliğin farkına vardım ve ilk kez esrime hallerinin anlamını anladım.

Bill Wilson

Daha iyi bilinen adıyla "Bill W., Adsız Alkolikler'i kuran adamın LSD aldığı biliniyordu.11 Seanslarına kimin rehberlik ettiği daha az biliniyor.

Terapötik yolculuklarından biri onu Kaliforniya'daki Trabuco Koleji'ne ve kolejin kurucusu Aldous Huxley'nin dostluğuna götürdü. Cesur Yeni Dünya ve Algı Kapıları'nın yazarı, 1950'lerin sonlarında Wilson'u LSD ile tanıştırdı. İlaç Wilson'ın dünyasını sarstı5. Bunu mucizevi bir madde olarak düşündü ve 60'lara kadar kullanmaya devam etti. Yetmişinci doğum gününe yaklaşırken, ülke çapındaki tüm Adsız Alkolikler toplantılarında LSD dağıtılması için bir plan geliştirdi. Plan sonunda daha mantıklı sesler tarafından bozuldu.

Adsız Alkolikler'in diğer gruplarla çalışmasına ilişkin basit bir tartışmayı görmek için www.video.google.com adresine gidin ve "Bill Wilson" ve "amaç tekliği"ni arayın.

Peter Coyote

Peter Coyote tanınmış bir sinema oyuncusudur ve ayrıca 2009'da National Geographic Television için Explorer: Inside LSD dahil olmak üzere yüzlerce belgeselin değerli anlatıcısıdır . Aşağıdaki alıntı, Coyote'un The Sixties dergisi için kısa bir süre önce yazdığı bir makalenin parçasıdır. Hofmann'ın Nisan 2008'de 102 yaşında ölümünden sonra. Coyote'nin makalesi

sadece söyledikleri için değil, aynı zamanda çok iyi söylediği için buraya dahil edildi.1J

LSD'yi ilk aldığımda, oda arkadaşım "bana aldırmak" için gönüllü oldu. Ravi Shankar'ın müziği beni duman gibi dolambaçlı bir şeye dönüştürdüğünde, korku ya da rahatlık olarak tanımlayabileceğimin çok ötesine geçmiştim. Bir dalga gibi, bir

Machine Translated by Google

anlık, bireyselleştirilmiş ifade ve aynı zamanda denizin kendisiydi ve ondan asla, bir kez bile ayrı olmadığımı açıkça anladım. Çeşitli parçalarımı bir arada tutan yaşam gücü sonunda parçalandığında, korkmadan, doğmadan önce her zaman olduğum şeye geri döneceğimi anladım.

Ertesi sabah, dünya taze ve yeni göründü. Her şey, özellikle de karşı kültürün sanatı ve ifadesi anlamlıydı. Rock şovlarının reklamını yapan psychedelic posterler, LSD tarafından hızlandırılan satır içi ve dış hattın kaynaşması için görsel kısa yollardı. Bu sınırı geçen herkes, iç ve dış uzayın bu ideogramlarını hemen tanıdı...

Hepimizin "bilgelik" hapları yuttuğumuzu ve aydınlanmaya ulaştığımızı söylemek istemiyorum. Ama bilgeliğin coğrafyası artık fark edilebilir, erişilebilir bir bölgeydi. Ayaklarımız bu gölgeli tepelere sıkıca çevrilmişti ve onları keşfetme niyetimiz sabitti.

Machine Translated by Google

BÖLÜM İKİ

•

KİŞİSEL GELİŞİM VE KENDİNİ KEŞFETME

Psychedelic Seanslarda

Gizemli olana yaklaşım gerçek terapidir. Ve mukaddes tecrübeyi elde ettikçe, patolojinin lanetinden kurtulursunuz.

CG JUNG, MEKTUPLAR

Machine Translated by Google

Bir süreç, prosedür veya ürün bireylerin kendilerini iyileştirmelerine ve daha iyi ortaklar, sevgililer, ebeveynler veya iş arkadaşları olmalarına yardımcı oluyorsa, kullanılabilirliğini onu güvenli ve sorumlu bir şekilde kullananlarla sınırlamanın bir anlamı yoktur. Psikedelik terapi, çocukluk şizofrenisi, otizm ve kronik alkolizm dahil olmak üzere daha ciddi koşulların yanı sıra çok çeşitli psikolojik bozukluklarda dikkate değer bir etkiye sahiptir." [1] Bugün, psychedelic terapi mevcuttur, [2] ancak birkaç araştırmada yalnızca az sayıda hasta için Ek olarak, psikedelik psikoterapötik seansların nasıl güvenli bir şekilde yürütüleceği konusunda çok az bilgi veya eğitim mevcuttur.

Tüm sivil LSD araştırmaları 1966'da durdurulmadan önce, LSD dünyada en çok çalışılan psikiyatrik ilaçtı. Erken deneysel kullanım, bunun geçici bir psikoza neden olma olasılığına işaret etmesine rağmen, daha sonraki araştırmalar, böyle bir reaksiyonun tipik olarak, LSD verilen hastalara olası reaksiyonlar hakkında bilgi verilmediğinde veya hazırlık yapılmadığında üretildiğini ortaya koydu. Araştırmacılar seansı çevreleyen ortamın, atmosferin ve tutumun önemini öğrenmeye başladıkça, LSD deneyiminin sıklıkla önemli iyileşme ve bütünleşme dönemlerini katalize eden değerli bir psikoterapötik yöntem olduğunu fark ettiler.

Psychedelics, akıllıca kullanıldığında, bazen olağanüstü bir şekilde bilinci açabilir. Yanlış kullanıldıklarında bu tür açıklıklar rahatsız edici, korkutucu ve hatta bazen zarar verici olabilir. Gerçek, uzun süreli zarar meydana gelebilir ve meydana gelir. Aşağıdaki kötü yapılmış ve denetlenmeyen olaylar dizisi örneği, daha önce yasal ve daha iyi denetlenen çalışmaların bir parçası olan bir doktor tarafından yürütülmüştür. "Annem bu 8 sterlinlik araştırmaya katıldı ve sadece Dr ona aşırı dozda uyuşturucu verir ve [illegible] ilaç gönderip onları almasını sağlamak için tıbbi gözetim olmadan kendi başına! Birini bu duruma sokmak ve sonra

Machine Translated by Google

takip bakımını reddetmek mantıksız. Bir dosya saklamıştı, yakın zamanda öldükten sonra bulduğum bir dosyaydı ve zihin/beden bağlantısını sürdürmekte sorun yaşadığı ve ilaçsız tekrar tekrar LSD/flashback deneyimi yaşadığı için yardım için yalvardığı birçok mektup var. Bu deneyim hem kendisi hem de çocukları için mutlak bir kabustu - her şeyini kaybetti - evliliğini, çocuklarını,

iş, mülk ve gönül rahatlığı."

İyi yönetilen psikoterapi programlarında olumsuz etkiler seyrek.1 Rehberler – genellikle eğitimli ruh sağlığı uzmanları – bir hastanın rahatsız edici psikodinamik materyali çözmesine ve yeni anlayışları kolaylaştırmasına yardımcı olduğunda, faydalar yıllar ve on yıllar boyunca devam eder. Örneğin, 1966'da Spring Grove Akıl Hastanesinde tedavi gören ve seansı CBS televizyon belgeseli LSD: The Spring Grove Experiment'te gösterilen bir alkolikle , 2009'da yapım filmi dizisi The Acid Chronicles için röportaj yapıldı. Sadece kırk yılı aşkın bir süredir içki içmediğini değil, aynı zamanda terapiden beri bunu yapmak için hiçbir isteğinin olmadığını da bildirdi.

Terapi odaklı psikedelik seanslar, diğer tüm terapiler gibi, her hasta için uygun değildir. Uygun olmayan adayları elemek, güvenli ve destekleyici bir ortam oluşturmak kadar önemlidir. Ancak aday uygun ancP9 iyi hazırlanmışsa ve durum doğruysa başarı oranı yüksektir. Manevi deneyimleri teşvik eden çift-kör bir çalışma da dahil olmak üzere son klinik çalışmalar,

terapötik değer/

Bu bölüm, ruh sağlığı uzmanlarına veya terapist veya rehber olarak hareket edecek diğer kişilere yönelik yönergeleri içermez, çünkü her kişi ve grup çalışmayı seçme şekline göre değişir. Bu bölüm, işler ters giderse ne yapılacağına ilişkin bir genel bakış ve kaynaklar içerir. Ayrıca denetimsiz psikedelik kullanımların tehlikelerine ilişkin popüler kavramları da gözden geçirmektedir. Bu uyarıların çoğunun yanlış veya abartılı olduğu kanıtlanmıştır. Ders kitaplarında, sağlık kliniklerinde ve hükümet yayınlarında gerçekler olarak sunulan "zararlı sonuçların" çoğu, kabul edilen araştırmalarla uzun süre çelişen mitleri sürdürür.

Machine Translated by Google

Pek çok popüler ve bilimsel yayın, psychedelic terapinin neden olduğu inanç ve tutumlardaki değişiklikleri tanımlar. Eksik olan, terapi bittikten sonra hastanın günlük hayatında neler olduğunun objektif bir incelemesidir. Bu bölüm, tek doz ilaç verilen yetişkinlerin davranış ve yaşam tarzlarındaki değişikliklerin ayrıntılı bir raporuyla sona ermektedir.

Güvenli bir klinik ortamda eğitimli rehberler tarafından LSD veya meskalin.1 Antropologlar ve arkeologlar, şamanların ve diğer geleneksel şifacıların binlerce yıldır şifa için psychedelic ajanları başarıyla kullandığını öğrendi. Batı'da, bu geleneksel kullanımlara ilişkin tutumlar, reddetme ve şeytanlaştırmadan, şüphe ve inanmamaya, kademeli olarak kabul ve yasal korumaya doğru ilerlemiştir. Şimdi, bu ajanların iyileştirme ve iyileştirme potansiyelinden nasıl yararlanılacağını öğrenmeye artan bir ilgi var.

manevi deneyim.7

Machine Translated by Google

PSİKEDELİĞİN TERAPÖTİK KULLANIMLARI

Psikoterapi ve İyileşme

Psikedelik Psikoterapi

Psychedelics, başkalarına ve kendimizin daha bilinçli hale gelmesine yardımcı olmamızı sağlar. Var olmaları harika ve diğer güçlü müdahaleler gibi, doğru kullanıldıklarında daha iyi çalışıyorlar. Kötü kullanıldıklarında zarar verebilecekleri için onları bir kenara itmek, aşırı dozda karaciğer için zararlı olduğu için baş ağrısı tabletlerini ortadan kaldırmaktan daha akıllıca değildir.

Doğru kullanımdan elde edilen çok çeşitli faydalar göz önüne alındığında, bu maddeler neden yasaklandı? Bildiğim en cömert açıklama, hükümetin dini deneyimi koruyan yasalarla uyuşturucu kullanımını düzenleme zorunluluğu arasında sıkışıp kaldığıdır.
Psychedelic deneyimler diniydi ve psychedelics "uyuşturucu" idi. En basit çözüm, eğer en basitiyse, psychedelics kullanımlarının tamamen tıbbi olduğunu iddia etmek, ardından hükümeti korkutan tüm kullanımları tıbbi olmasa bile onları tamamen yasaklamaktı. Ancak hiç kimse hükümetleri baskı altında akıllıca davranmakla suçlamadı. Yasaklanmalarının bir başka olası nedeni de, psychedelic oturumlarının sonuçlarının ve kullanıcılardan gelen ifadelerin "'bilimsel' kültürümüzde örtülü olan inanç ve değer sisteminin benzersiz bir şekilde doğru olmadığını ve hatta optimal olarak sağlıklı olmadığını" ima etmesiydi.

Psychedelics neden yakın zamana kadar bu kadar sıkı bir şekilde kısıtlandı? Belki de tekrar tekrar eroin ve kokain gibi uyuşturucular olarak sınıflandırıldıkları için, belki kolay bulunabilirlikleri ve nispeten az sayıda kovuşturma yapılması nedeniyle, belki de General Motors veya ABD Savunma Bakanlığı gibi hükümet yeni koşullara uyum sağlamadığı için, ama

Machine Translated by Google

aynı kural ve düzenlemeleri yararlılıklarını aşarak sürdürdüler. Her halükarda, kültürel rüzgarın doğru yönde esmeye başladığı görülüyor.

Tıp mesleğinin bu maddelerden korkmasına gerek yoktur, psikoloji mesleğinin ortaya çıkardıkları deneyimlerin gerçekliğini inkar etmesine gerek yoktur ve düzenleyici kurumların, özellikle hangi koşullar için uygun tedavi hakkını hiç kimsenin reddetmesine gerek yoktur. psychedelics'in sadece yardımcı olmakla kalmayıp aynı zamanda th(«1 tedavi seçeneği.

Bununla birlikte, psikedelikler hakkında bilinenlerin ve yayınlanmış olanların dikkatli bir şekilde gözden geçirilmesi, onların terapötik kullanımına ilişkin anlayışımızın hala bilişsel bir karmaşa ve felsefi bir bataklık olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Bunun bir nedeni, terapistlerin niyetleri, deneyimlerin gerçekliği ve sonuçların ölçülme, tanımlanma ve raporlanma şekli arasındaki sürekli kafa karışıklığıdır. Üzücü ama gerçek, araştırmacılar federal gözetim etrafında her zamankinden daha dikkatli hareket ediyor ve bulgularının geniş kapsamlı sonuçlarını kasten susturuyorlar. İyi sonuçlarına rağmen, genelleme eksikliğini kınayarak ve neredeyse her zaman ihtiyaç duyulanın biraz daha büyük, biraz daha geniş ve genellikle daha pahalı bir çalışma olduğu sonucuna vararak hesaplarını hala koruyorlar.

Amaçları, terapötik psychedelic kullanımını araştırmaların ötesine, temel tıbbi ve psikolojik uygulamalara taşımaktır. Bununla birlikte, bu mantıklı ileri hareket devam ederken, gezegenin dört bir yanındaki zaten psychedelics alan insanların daha acil ihtiyaçları var. Her iki endişenin de ele alınması gerekiyor.

Kişisel olarak zor bulduğum şey, çoğu kişisel arkadaş olan mevcut araştırmacıların, kendi çalışmaları onu tekrarlasa bile, önceki tüm araştırmaları ne sıklıkla görmezden geldiğidir. Neredeyse müjde gibi, tüm erken araştırmaların yetersiz olduğunu, yetersiz olduğunu, çok küçük bir örneklem kullandığını, kontrol gruplarından yoksun olduğunu vb. belirtiyorlar. Tahminimce bunu, gözü dönmüş, uyuşturucu bağımlısı, uyuşturucu kullanan devrimciler olarak görülmemek için yapıyorlar, böylece geleneksel psikiyatrinin mevcut varsayımlarını alt üst etmeye niyetliler. Kendi araştırmam artık hibelere veya hükümet iznine bağlı olmadığından, kaçınmaları gereken endişeleri dile getirebilirim.

Machine Translated by Google

Psikedelikler konusundaki teorisyenleri -kullanımına aşina olanlar kadar, bilmeyenler de- okuduğumda, akupunkturla ilgili çok az deneyimi olan veya hiç tecrübesi olmayan araştırmacıların, akupunkturun etkinliğini veya aleyhine tartışmaya çalıştıkları erken dönem Batı yazılarını hatırlattım. Birkaç bin yıl boyunca milyonlarca insan tarafından sayısız koşul için başarılı bir şekilde kullanılmış olması konuyla ilgili olarak görülmedi. Psychedelics biraz aynı kaderi yaşadı. Örneğin, thaP2 peyote yedi bin yıldır kullanıldığına dair elimizde net kanıtlar olsa da , bu gerçek tıbbi verilerin bir parçası değildir.

Edebiyat. Bunun bir nedeni, sanki gözlem, deney, tekrarlama ve sonuçlar Rönesans yenilikleriymiş gibi, "bilim-öncesi" olarak etiketlenen, bizden önceki dönemlerde toplanan herhangi bir veriye karşı nadiren sorgulanan bir önyargı olması olabilir.

Psikedeliklerin yardımcı olabileceği en az iki tıbbi kategori vardır: akıl hastalığı ve fiziksel bozukluklar. Tabii ki, böyle bir ayrım gerçek dünyada saçmadır, ancak tıbbi, psikiyatrik ve psikolojik araştırmalar dünyasında bu ayrım korunur. Şamanistik ve diğer geleneklerin merkezindeki birleşik zihin-beden-ruh alanının gerçekliği, Batı düşüncesinin yüzeyini zar zor çizmiştir ve Batı biliminde kabul edilen bir çalışma ilkesi olmaktan uzaktır.

Bu nedenle, araştırma 1960'ların sonlarında hükümet kararıyla sonlandırılıncaya kadar, "terapötik" olarak etiketlenen psikedelik araştırmaların çoğunlukla psikedelik deneyimin geleneksel psikoterapiyi nasıl hızlandırdığı, geliştirdiği veya atladığını ele alması şaşırtıcı değildir. psikoterapininkiyle aynı düzendedir. Hastalardan alınan alıntılar, aylarca veya yıllarca geleneksel tedavinin nasıl tek bir yüksek dozlu güne veya bir dizi düşük dozlu seansa sıkıştırıldığını yaygın olarak anlattı. Psikoterapötik faydaların değerlendirilmesi, nadiren bunların aşkın deneyimin ikincil etkileri olduğunu kabul etti. Açıklamalar, psychedelics'in hastaların savunmalarını azalttığını ve böylece yetenekli bir terapistin değerli kişisel materyalleri ortaya çıkarmalarına yardımcı olabileceğini vurguladı.

Bu açığa çıkarma, içgörülere ve nihayetinde semptomlarda bir azalmaya yol açabilir. Örneğin burada bir klinisyenin değerlendirmesi yer almaktadır: "Meskalin ve LSD esasen kaygıdır-

Machine Translated by Google

hastanın semptomatolojisini büyütmeleri ve buna eşlik eden anksiyete ve ego bütünleşmesini kaybetme korkusundaki artış nedeniyle, bastırılmış materyalin serbest kalmasına yol açabilen ilaçlar üretmek.'"

Bildirilen sonuçlar , normal yöntemlerle daha yavaş elde edilenlerden biraz farklı görünüyor. Tedavinin örtük bir patoloji modeli içinde ifade edildiğinde, faydalar daha az hastalık olarak görüldü, neredeyse hiçbir zaman daha fazla sağlık olarak görülmedi.

Bu raporlarda açıklanan orta düzeyde etkililiğin nedenleri, ortam ve doz seçiminde ve terapistin yöneliminde yatmaktadır: eğer set veya beklentiler, deneyimin geleneksel terapi gibi olacağı, ancak ortam aynı olsaydı daha yoğun olacağı yönündeyse Eğer terapist müdahalelerinin etkinliğine derinden inanıyorsa veya doz düşük ila orta aralıktaysa, geleneksel terapinin gerçekleştiği ofis veya laboratuvarda, hastanın deneyimleri bu sınırlara uyacaktır.

Bu teorik yapının dışındaki deneyimler, yayınlanan tartışmada görünmeyecek veya onları terapistin deneyimine geri katlayacak şekilde açıklanacaktır.

önceki beklentiler.1 Örneğin, bir terapistin, bir hastanın Tanrısallıkla kendi tanımladığı karşılaşmasını, babası tarafından kötü muameleye bağlı olarak gerileyen bir davranış olarak bildirdiğini hatırlıyorum .

Yeterince düşük dozlar, zorunlu bir set ve hastaların uzun süre kendi içlerine girmesinin hiçbir yolu olmadığından, bildirilen sonuçlar anlamlıdır. Bununla birlikte, terapist bir rehber olarak hareket ettiğinde - ve daha sonra sadece gerekirse - ve psikedelik dozu yeterli olduğunda ve hem terapist hem de hasta hastanın kendini anlama ve kendini anlama için gereken her şeye sahip olduğunu varsaydığında sonuçlar farklıydı. iyileştirme.

Bir tür terapiyi diğerine tercih etmenin yeri burası değil. Psikedelik terapi literatürünün çoğu, her birinin bir filin, hiçbirinin varlığından haberdar olmadığı bir hayvanın bir parçasına dokunmasına izin verilen kör adamların Ortadoğu hikayesi gibi okunur. Her adam filin kendi parçasının -kuyruk, diş, bacak- bütün hayvan olduğu sonucuna vardı . Şimdiye kadar, bilimsel literatür nasıl yapılacağı konusunda çok az rehberlik sağlamıştır.

Machine Translated by Google

etkili oturumlar yürütün.5 Ancak, farklı psychedelics kullanan kişilerle 2009 yılında yapılan bir anket, kullanıcıların neredeyse yüzde 70'inin nedenler arasında kendi kendini iyileştirmeyi sıraladığını buldu.

kullanım için.6

Psikedelikleri terapötik olarak vermek istiyorsanız, Bölüm 1 ve 2'de 84 açıklanan ve Bölüm 19'da bir kontrol listesi olarak özetlenen model ve yöntemleri tavsiye ederim . Oturuma saygıyla yaklaşın . Manevi veya aşkın bir deneyim olasılığına hazır olun. Öğleden sonra, terapötik fırsatlar sunun, ancak zorlamayın. 1. ve 2. Bölümler bir aynanın, fotoğrafların ve çiçeklerin nasıl kullanılacağını açıklar (bir gül goncası en iyisidir; aşağıdaki alıntıya bakın). Sevgi dolu, destekleyici ve müdahaleci olamazsanız -sadece "olabilirseniz"- muhtemelen değer verdiğiniz birine yardım edebilirsiniz. (Ek, güncel bilgiler için www.entheoguides.net adresini ziyaret edin.)

Aşağıdaki alıntı, Menlo Park, California'daki International Foundation for Advanced Study'deki bir terapi seansından alınmıştır. Bir mühendis olan WS, ilişkilerde bağlantı eksikliğinden ve hayatının tüm bölümlerini kontrol etmeye çalışma ihtiyacından endişe duyuyordu. Görüntüye bakması istenmeden önce, birkaç saatlik anlayışlı aşkın deneyime sahipti.

gül.

3:00 pm: "Neden güle bakmıyorsun?" sordu. "Sana anlatacak bir şeyi var."

"Bana ne söyleyebilirdi?" Düşündüm. "Bütün bu muazzam içgörü ve deneyimlerden sonra, şimdi gül goncası ile oyun mu oynuyoruz?" Güle baktım. "Bu güzel." yine güldüm. Güzel olduğunu söylemek çok basmakalıp ve önemsiz görünüyordu. Başka şeylere geçmek istiyorum ama M. gül goncasına bakmamı önerdi. "Tamam, o kadar önemliyse bakayım dedim." Aniden gül goncası giderek büyümeye başladı ve kısa sürede tam boy bir güle dönüştü. Güzellik mükemmeldi. Ona bakmaya devam ederken, aniden "Beni görüyorum!" dedim. Bu beklenmedik yorum karşısında oldukça şaşırdım. O zaman ne dediğimi anlamamıştım ama daha sonra önemli olduğumu anladım.

Machine Translated by Google

gerçekten gülle, doğayla "birlikte". Tıpkı iki yaprağın bir ağacın parçası olması gibi, ikimiz de çok daha büyük bir varlığın ya da gücün ya da gücün parçasıyız. Kısa bir süre sonra gülün merkezi bir kova kırmızı-sıcak parlayan kömüre dönüştü - içimdeki güç - kontrol edilen güç. Güle bakmaya devam ederken, üzerimdeki etkisine hayran kaldım . Yoğunluk o kadar güçlüydü ki tek yapabildiğim oturup ağlamak ve ağlamaktı. Her şeyin ne kadar harika olduğunu düşünmeye devam ettim, sadece harika. Harika olan neydi? Önemli değildi. Hepsi harikaydı ve benim için önemli olan tek şey buydu.

zaman.7

Bölüm 6 , bir kişi destek veya rehberlik olmadan bir psikedelik alırsa daha da kötüleşebilecek koşulları tartışır. Kronik ile bazı başarılı çalışmalar yapılmış olsa da

alkolikler, şizofrenler ve otistik çocuklar, bu seanslar kontrollü ortamlarda ve özel zorlukları öngörmek üzere eğitilmiş personel tarafından gerçekleştirildi. Başa çıkmak için yeterli hissetmediğiniz şeyi üstlenmeyin.

Psikedelikler tarafından sunulan artan farkındalık farklı biçimlerde gelir. Güvenli ve kutsal ortamlarda alınan daha yüksek dozlarda, kişinin tüm canlılarla yakın ilişkisinin tanınmasını kolaylaştırırlar. Orta dozlarda, kişinin bireysel bilincinin karmaşık psikodinamik yapılarının farkındalığını kolaylaştırırlar. Düşük dozlarda teknik ve sanatsal sorunların çözümlerinin farkındalığını kolaylaştırırlar.

Bir seansa rehberlik etmeyi veya yönlendirilmeyi amaçlıyorsanız, en azından bunu terapi olarak değil, kendini keşfetme olarak çerçeveleyin. Mümkün olduğunca "terapötik" duygusundan kaçının. Bedenin kendini iyileştirmeye keskin bir şekilde uyum sağlaması gibi, zihnin de aynı derecede usta olduğuna dair bol miktarda kanıt var. Güvenli, destekleyici bir psikedelik seans, ortaya çıkan her şeyin özgürce ve tam olarak araştırılmasını kapsayabilir. Aşkın bir deneyimden dönen ve kişiliğini gözlemleyen bir kişi, sağlıklı özünü inkar etmek, bastırmak veya çarpıtmak için gittiği saçma sapan uzunluklarda gülmeyi kesebilir. Kişilik keşfine odaklanan oturumlarda, yolcuların kendileri hakkında en uygun kavrayışlarını kaydetmelerine yardımcı olmak özellikle yararlıdır.

Machine Translated by Google

Psikedelik Terapistlerin Eğitimi

Psikedelik terapistlerin eğitimi tıbbi ve psikolojik literatürde gerekli görülse de, bunu sağlamak için çok az fırsat olmuştur. Şimdilik, 1950'lerde Çekoslovakya'da geliştirilen kriterler iyi bir model olmaya devam ediyor. Tıp uzmanları için eğitim, akredite bir pratisyen ile beş kişisel seans ve aynı tür gözetim altında otuz hasta seansı içeriyordu. Bu tür bir eğitim, terapiste danışanların deneyimlerini anlamanın yanı sıra onlarla çalışma konusundaki uzmanlığı da vermelidir.

Psikedelik lisanslama kullanıma sunulduğunda, ne tür bir eğitimin gerekli olacağı konusunda bitmek bilmeyen tartışmalar olacaktır. Yukarıda verilen eğitim modeli, şüphesiz gerekli görülen her şey için merkezi olacaktır. Farklı psikedeliklerle önemli deneyime sahip birkaç terapist bu tür bir eğitim vermektedir.

Ancak, bir boyut herkese uymuyor. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki en iyi rehberlerden biri klinik çalışma için psilosibin'i LSD'ye tercih ediyor. Aynı deneyim yelpazesini gördüğünü ve müşterinin LSD hakkındaki önyargılarının üstesinden gelmesi gerekmediğini söylüyor. Başka bir uluslararası saygın terapist, danışan hakkında daha fazla bilgi edinmek ve gerçek psikedelik seanstan önce bazı sorunları çözmek için seanstan bir gün önce holotropik nefes çalışması yapar.

Psikedelik psikoterapi9 hakkındaki web sitelerinin ve kitapların kısa bir listesi bu bölümün sonunda yer almaktadır. Profesyonel bir ruh sağlığı çalışanıysanız, önceki eğitiminizin ne zaman yardımcı olabileceğini ve ne zaman onu bir kenara bırakmanın daha yararlı olacağını öğrenebilir ve sadece iyi bir dinleyici, şefkatli gözlemci ve şefkatli destekçi olabilirsiniz. İnsanları çok fazla bir şey alarak, yanlış insanlarla birlikte olmak, yanlış ortamda olmak veya yukarıdakilerin tümünün neden olduğu kötü yolculuklardan kurtarmak için kaynak listeleri vardır. İç uzayda kaybolan birini yeniden yönlendirmeyi bilmek güzel. Kötü bir deneyim, kaotik ve ürkütücü olsa bile, yeniden kanalize edilebilir ve faydalı olabilir ya da en azından zararlı olmayabilir. Eğlence amaçlı uyuşturucu kullanan bir kalabalığın içinde hareket ediyorsanız, psiko-duygusal ilk yardımın nasıl uygulanacağını bilmek iyidir.

Machine Translated by Google

Bu tartışma, psikoterapiye ek olarak psikedelikler ve meşru şifa araçları olarak yeniden kullanılmaları hakkında olmuştur. Değişen durumlarla ilgili şu anda mevcut olan tüm makul teorilerle10, psikedeliklerin ilk kez tanıtıldığı 1960'larda psikiyatri mesleğini saran korkuların yeniden su yüzüne çıkması pek olası değildir. Akıl sağlığı alanında çalışan birçok insan , bazı psikedelik deneyimlere sahipti ve kesinlikle resmi korkutma literatürünün gülünç derecede yanlış olduğunu bilecek kadar marihuana içmiş olacaklar. "Uyuşturucuyla ilgili beyniniz bu", bugün Reefer Madness filminin zamanında olduğu kadar hokey. Multidisipliner Psychedelic Studies (MAPS) (www.maps.org) ve Heffter Research Institute (www.heffter.org) gibi gruplar , psychedelic araştırma projelerini desteklemeye devam ediyor ve kurumsal hedefleri olarak psychedelic'in tıbbi ve psikiyatriye yeniden dahil edilmesini hedefliyor. uygulama. Çalışmaları genellikle iyi kabul edilir ve her çalışmanın haberleri geniş çapta ve neredeyse her zaman olumlu bir şekilde rapor edilir. Genel olarak nüfus, terapötik kullanımla ilgili kısıtlamaları gevşetmeye politikacılardan daha açık görünüyor.

Aynı zamanda, özellikle bazı güncel araştırma projeleri psikoterapötik, biyomedikal veya farmasötik modellere uymadığından, teorik desteği olmayan diğer terapötik etkileri de dikkate almaya ihtiyaç vardır.

Genişletilmiş İyileşme

Bazı psychedelic seanslar sırasında, fiziksel veya psikofiziksel bir semptom veya semptomlar iyileştirildi veya hatta iyileştirildi. Bu tür hızlı ve kalıcı şifalardan, farklı kültürlerden gelen şamanist raporlarda sıklıkla bahsedilir. Ancak bu raporlar, bu kanıtın geleneksel tıp tarafından kabul edilmesiyle sonuçlanmadı. Bu psychedelic kullanımın küme baş ağrılarını hafiflettiği veya hatta ortadan kaldırdığı herhangi bir psikodinamikle bağdaştırılamaz.

teori. 1 1 Bir maddenin mikrogramları, tamamen metabolize olur ve birkaç saat içinde atılır.

ben ?

saat, ~ aylarca bir süre içinde fizyolojik bir sendromun tekrarını önleyebilir veya f nninl mil hinkin

r fl i Th l r h

Machine Translated by Google

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ile olan geleneksel terapi ve geleneksel ilaçlar, bu durumu keşfedici psikedelik için iyi bir aday haline getirir.

araya girmek. Pek çok TSSB vakası, özellikle Irak Savaşı'nın doğurduğu vakalar, askerlerin yardım etmeleri gereken insanlardan sürekli korku içinde yaşarken en derin ahlaki*8 inançlarına aykırı davranmaya yönlendirilmeleri nedeniyle ortaya çıktı. 1 1 Bu gazilere kendileriyle aynı düzeyde çalışan bir terapi sunmak

yaralama gerçekçi görünüyor ve değerli olduğu kanıtlandı. 1 0

İlerlemiş kanserli hastalara psychedelic terapi ile yardım edilmiştir. Mevcut izin verilen araştırmalar, belki de hastaların ölümün inandıkları kadar korkutucu veya nihai olmadığını anlamalarına izin vererek aşırı kaygıyı azaltmada başarılı olduğunu kanıtlamıştır. Nihai tahminleri aynı kaldı, ancak kimliklerini bedenlerinden daha büyük, aslında yaşamlarından daha büyük olarak görmeleri, kalan zamanlarını zenginleştirmiş gibi görünüyor. Bazıları, daha yüksek bir yaşam kalitesi ile öngörülen ölümlerini geride bıraktı; diğerleri, artan ağrı ve rahatsızlığa son vermenin kendi kontrolleri dahilinde olduğunun farkındadır. Bu çalışmalar, kanser dünyasının psychedelics'e bir meraktan daha fazlası olarak bakmasına izin verebilir.

Bir dizi başka fiziksel koşula sahip insanlara psychedelic müdahale yardımcı olabilir. Çalıştığım terapistler, birkaç yüz danışanla çalışırken ağrı ve sızılar, soğuk algınlığı, artrit, baş ağrıları ve alerjiler gibi küçük fiziksel semptomların seans süresince genellikle ortadan kalkacağını belirtmişlerdir.

Aynı derecede ilgi çekici olan da, çoğu insanın uzun süre aynaya ve kendilerinin ve yakınlarının fotoğraflarına yakından bakmalarına rağmen, seanslarının ilk beş veya altı saatinde gözlüğe ihtiyaç duymamış olmalarıydı. Daha önce de belirtildiği gibi, terapi seanslarını yürütürken, danışanların gözlüklerini istediklerinde veya uzandıklarında aşağı indiklerini anlayabiliriz.

Bunların hiçbiri sistematik olarak araştırılmamıştır. Psikedeliklerin fiziksel koşullar üzerindeki ani veya uzun vadeli etkilerini tam olarak kullanmadık veya anlamadık.

Machine Translated by Google

Bir terapist fiziksel değişiklikler hakkında sorular sordu ve bazı raporlar kaydetti. Dr. Morgens Hertz, yaklaşık altmış kişi için LSD tedavilerini denetledi ve yüksek bir yüzdenin organik şikayetlerin hafifletildiğini iddia ettiğini buldu. Birkaç örnek şunları içerir:[17]

- Tüm vücudumun sol kısmındaki uzun süreli felç hissim 9$ ortadan kayboldu .. .
- Endişeli, istemsiz idrara çıkma hissi kayboldu, çünkü idrara çıkmayı etkileyebilir
- Uzun yıllara dayanan kekemeliğim ortadan kalktı1 8 • Ayağa her kalktığımda sersemlik hissetme eğilimim gitti • Artık yattığımda nabzımın tüm vücudumda tatsız bir şekilde attığını hissetmiyorum

Zihinsel ve fiziksel alemleri ikiye katlamak, diğer tedavilerden fayda sağlayamayan ve kronik alkoliklerle yapılan psychedelic terapinin sonuçlarıdır.

içmeye atfedilen fiziksel dejenerasyon belirtileri. Erken Kanada araştırmalarının sonuçları, Saskatchewan Halk Sağlığı Departmanı'nın alkolizmin tek bir yüksek doz LSD tedavisinin yapılması gerektiğini beyan etmesi için yeterince etkileyiciydi.

"artık deneysel değil" ve "belirtilen yerlerde kullanılacak" olarak kabul edildi.19 Amerika Birleşik Devletleri'ndeki federal araştırma görevlilerine sunulduğunda, aynı sonuçlar reddedildi.

Inanılmaz. İnşallah o günler çok geride kaldı. Bugün, alkolizm araştırmalarındaki birçok insan, psychedelics'i eğlence amaçlı almıştır. Psikedeliklerin çok çaresizce muhtaç durumdaki bu hastalara yardım edebileceği fikrine korkmuş kedi yavruları gibi tepki vermeleri pek olası değil.

Genellikle onlarca yıldır alkolle herhangi bir sorunu olmayan bu eski alkoliklerin bir kısmı, (Anonim Alkolikler toplantılarında arandığı gibi) ayartılmaya direnme iradeleri güçlendiği için değil, artık çekici olmadıkları için bıraktıklarını bildirmektedir. içmek ve direnecek hiçbir şeyi yoktu. Bu içsel değişim beklenmedikti,

Machine Translated by Google

ancak terapötik ajanların tarihinde beklenmedik sonuçlar olağandışı değildir. Ne de olsa, araştırmadan neredeyse tamamen yasaklanmış başka bir madde olan esrarın, multipl skleroz semptomlarını hafifletebileceğini ve kanseri ve bir dizi başka durumu iyileştirebileceğini ve aynı zamanda kemoterapi sırasında iştahı iyileştirmek için tercih edilen tedavi olabileceğini kim düşünebilirdi?

Daha az yaygın olarak bildirilen çalışma, Gary Fisher, Loretta Bender ve diğerleri tarafından yapılan çalışmadır.

[21]

gerileyen ve otistik çocuklar. Çeşitli ortamlarda çok çeşitli LSD dozları verilen beş ila on beş yaşları arasındaki doksan bir çocuğun mevcut yedi çalışmasının bir analizinde, çocukların yetmiş beşi ya iyi ya da mükemmel gelişme gösterdi. Onlarca yıldır denemekten alıkonulmak büyük bir üzüntü.

[ve]

[23]

bu tür çocukları fiziksel ve zihinsel tuzaklarının labirentinden kurtarmak için."

Bir sınıfta tek başına psikedelik seanslar sırasında meydana gelen sayısız psişik olay vardır. Telepati gibi görünen şey yaygındır ve önbilişsel veya durugörü bileşenlerine sahip gibi görünen çok sayıda olay vardır. Hatta direniş

[24]

Bu fenomenlerin olasılığını kabul etmek iyi anlaşılmıştır." Bu nedenle, klinik araştırmacılar (ve ben buraya kendimi dahil ediyorum) yayınlanmış raporlarında bunlardan bahsetmeme eğilimindeler.

Kısacası, tedavinin ötesine geçen bir dizi terapötik müdahale vardır. psikoterapötik.

Biz beden-zihin-ruh varlıklarıyız; bir sistemi etkileyen her şey hepsini etkiler. Belki de kültürümüzü psychedelics'i araştırmaktan alıkoyan şey, geleneksel tıpta veya psikoterapide gerekli olmayan bir eğitim ve kişisel kapasite düzeyinin yanı sıra yerleşik inançlardan vazgeçme isteğini gerektirmesidir.

Fiziksel ve zihinsel şifa veya kehanet için psychedelics kullanan şamanist uygulamaları tartışmıyorum. Neyse ki, antropolojik literatür şimdi çok sayıda şamanist tedavi, eğitim ve etkililik örneği içeriyor. Şamanist uygulamaları tartışmamamın bir başka nedeni de, bunların Batı ile paralellik göstermemeleridir.

Machine Translated by Google

prosedürler. Şamanlar bazen malzemeleri hastalara vermek yerine kendileri alırlar; çok çeşitli bitkilerle çalışırlar, çoğu psychedelic, çoğu değil ve her bitki ve her koşul için özel ritüeller uygularlar. Yaygın olarak bildirilen vizyoner deneyimler, şamanistik olmayan ortamlarda LSD, meskalin ve psilosibin kullanan kişilerin deneyimlerinden farklı görünmektedir. (Üç ayahuasca seansıyla ilgili rapor ve yorumlar için 20. bölüme bakın.)

2. Kısımdaki diğer bölümler, aşkın deneyimi teşvik eden bir ortamda çeşitli psikedeliklerden birini yüksek dozda alan kişilerle yapılan araştırmaları anlatmaktadır. Th$1 sonuçları çok ayrıntılı olarak açıklanmıştır, bu nedenle "olumlu sonuçlar" ile ne kastedildiği konusunda herhangi bir karışıklık olmamalıdır. Bu henüz tam olarak anlaşılmayan maddeler, birçok insanı daha kapsayıcı bir gerçeklikle temasa geçirdi ve günlük işleyişini iyileştirdi. Müzik ve sanat üzerindeki etkileri iyi bilinmektedir ve bilgisayar üzerindeki etkilerinin bir kısmı

25

bilim anlatılmıştır. * Terapiye ve şifa pratiğine katkıları daha yeni başlamıştır.

Psikedelik Psikoterapinin Tam Olarak Anlaşılması İçin Kaynaklar

Başlangıçta, enteojenik ve bilimsel problem çözme bölümlerine benzer psikoterapötik kullanım hakkında bir tamamlayıcı parça yazmayı amaçladım. Bununla birlikte, The Secret gibi terapötik olarak çalışmaya ilişkin kapsamlı ve ayrıntılı tartışmalar ve açıklamalar zaten mevcuttur .

26

Chief Revealed.^ Ek olarak, entojenik bölümlerin çoğu (1. ve 2. bölümler) psikoterapötik çalışma için uyarlanabilir. İyi bir kaynak listesi http://primal-page.com/psychede.htm adresinde bulunabilir. LSD ve diğer psychedelics kullanan psikoterapi hakkında daha fazla bilgi ve diğer listelere bağlantılar için aşağıya bakın:

2010 yılında, Johns Hopkins Üniversitesi "Kanser Hastalarında Psilosibin Psikofarmakolojisi" başlıklı bir çalışma için hastaları işe alıyordu. Çalışmanın resmi açıklaması için www.clinicaltrials.gov adresine gidin ve çalışmanın başlığını kullanarak arama yapın.

Machine Translated by Google

"Otistik şizofrenik çocuklar: D liserjik asit dietilamid (LSD-25) kullanımında bir deney" başlıklı bir makale için wvvw.neurodiversity.com adresine gidin ve makalenin başlığını arayın.

Şamanist Şifaları ve Uygulamaları Açıklayan Kitaplar

Michael Harmer, Şamanın Yolu. New York: Harper ve Row, 1980.

Jeremy Narby, Kozmik Yılan: DNA ve Bilginin Kökenleri. New York: Tarcher/Putnam, 1998.

Robert Tindall, Zihni Dolaşan Jaguar: Bir Amazon Bitki Ruhu Odyssey. Rochester, Vt.: Park Street Press, 2008.

Wade Davis, One River: Amazon Yağmur Ormanlarında Keşifler ve Keşifler. Yeni York: Simon ve Shuster, 1996.

Don Jose Campos, Şaman ve Ayahuasca, Studio City, Kaliforniya: İlahi Sanatlar, 2011.

Machine Translated by Google

İŞLER YANLIŞ GİDEBİLİR

Ne bilmek istiyorsun

NEAL GOLDsmith, Ph.D.

Neai Goldsmith tarafından yazılan bu en iyi uygulamalar, Psychedelic Healing adlı kitabından alınmıştır :

Psikoterapi ve Ruhsal Gelişim için Entheogenlerin Vaadi.1 Psikedelik Şifa , diğer şeylerin yanı sıra, psikoterapötik ve ruhsal dönüşüm için katalizörler olarak psikedeliklerin kullanımını anlamakla ilgilidir. Goldsmith, New York'ta özel muayenehanede çalışan bir psikolog.

Ne yaptığınızı biliyorsanız, kiminle olduğunuza dikkat ettiyseniz, ortam iyiyse, madde safsa ve hazırlık ciddiye alındıysa, bir şeylerin ters gitme olasılığı çok azdır.

Ancak, hayat bundan çok daha belirsizdir. Bu kitabı okuyan birçok kişi, psikedelikleri ideal olmayan durumlarda kullanmış veya bu gibi durumlarda psychedelics almış kişilere yardımcı olmuştur. Bir kişinin deneyimiyle kalmak için yardıma ihtiyacı olduğunda veya nadiren de olsa bunun dışında yardıma ihtiyaç duyduğunda ne yapması gerektiğinin farkında olmak basit bir sağduyudur. Neyin yanlış gidebileceğini ve nasıl yönetilebileceğini ne kadar çok anlarsanız, bilginizden o kadar az yararlanmanız gerekecek.

Psychedelic Acil Durumlar için Bilgi ve Prosedürler

Eğitim Bir

psikedelik acil duruma müdahalede bulunabilecek kişiler aşağıdaki kaynaklara aşina olmalıdır.

Machine Translated by Google

Psikedelik Krizler Hakkında Bilgi "Zor Saykodelik
Deneyimlerle Çalışmak." MAPS tarafından hazırlanan bu yirmi dakikalık eğitici video, psychedelic terapi ilkelerine pratik bir giriş niteliğindedir. Psychedelic uyuşturucu kullanıcılarına psikolojik riskleri nasıl en aza indireceklerini ve psychedelics'in terapötik uygulamalarını nasıl keşfedeceklerini öğretir. MD Donna Dryer tarafından anlatılan video, bir arkadaşa, akrana veya sevilen birine psychedelics ile zor bir deneyimden en iyi şekilde yararlanma konusunda ne zaman ve nasıl yardım edilebileceğine dair örnekler gösteriyor. www.maps.org/wwpe_ video

"Zor Psychedelic Deneyimler Nasıl Tedavi Edilir: Bir Kılavuz." Bir psychedelic?3 terapisti tarafından, zor psychedelic psychedelic deneyimler yaşayanlara yardım eden sıradan gönüllülerin kullanımı için yazılmıştır, www.maps.org/ ritesofpassage/anonther.html

"Konserlerde ve Etkinliklerde Psychedelic Krizlerle Çalışma Modeli." Bu MAPS bülten makalesi, grubun Hookahville müzik festivalindeki "Huzur Çadırı" hakkındadır. www.maps.org/ritesofpassage/ model_working_with_ psychedelic, crises_concerts_events.htm

Psikedelik Psikoterapi hakkında bilgi "Empatojenik
Maddelerin Kutsal Kullanımına İlişkin Kılavuz İlkeler": www.maps.org/ kapı yolu/% 5 B 5 5 % 5 D181 -19 7. htm 1

"Bakıcılar veya Rehberler": www.csp.org/nicholas/A59.html
"Manevi Rehberler için Etik Kuralları": www.csp.org/development/code.html "Psikedelik
Çalışmada Etik Bakım": www.maps.org/news-letters/v07n3/07326tay.html "Psikedelik Psikoterapide Karşı
Aktarım Sorunları": www.maps.org/news
letter/v 10n2/l 0204fis.html
"Psikedelik Psikoterapi: Ruh için Tıp Etiği": www.maps.org/media/u_penn_3.17.06.pdf "Psikoterapi ve Psikedelik
İlaçlar": www.psychedelic-library.org/ thermenu.htm

Machine Translated by Google

Psychedelics Hakkında Genel ve Arka Plan Bilgileri Psychedelics
gerçeklerine en iyi tek giriş için şunu deneyin: Lester Grinspoon ve James B. Bakalar, Psychedelic Drugs Reconsidered (New York: Basic Books, 1979; New York: The Lindesmith Center, 1997) (www . .drugpolicy.org/library/bookstore/ pdrad2.cfm)

Popüler bilimsel araştırmalarda olağanüstü bir entelektüel başarı şurada bulunabilir: Andy Letcher, Shroom: A Cultural History of the Magic Mushroom (New York?4 HarperCollins, 2006.) Keskin, şüpheci, zekice analiz edilmiş ve içeriden biri tarafından güzelce yazılmış. .

Daha bilimsel, derinlemesine bir genel bakış şurada bulunur: Jonathan Ott, Pharmacotheon: Entheojenik İlaçlar, Bitki Kaynakları ve Tarihleri, önsöz Albert Hofmann (Kennewick, Wash.: Natural Products Company, 1993) (www.erowid.org/library / inceleme/review_pharmacotheon 1 .shtml)

Amerika'nın uyuşturucu kaynaklı vizyoner tarihinin (1870'ler-1966) eğlenceli, bilgilendirici kültürel tarihi için bakınız: Jay Stevens, Storming Heaven: LSD and the American Dream (New York: Harper and Row, 1988) (www.stormingheaven.com)
Psychedelic Psikoterapi, Yeni Araştırma, Eski Uygulama (PowerPoint sunumu):
(www.maps.org/slideshows/neal/Slide 1 .html)

MAPS (Multidisipliner Association for Psychedelic Studies) web sitesinde konuyla ilgili çok daha fazlası var: www.maps.org. MAPS, klinik araştırma ve politika konuları hakkında güncel bilgiler için önde gelen kuruluş ve web sitesidir.

Ne yapabilirsin?

İşte Erowid'den özellikle yararlı bir alıntı (www.erowid.org), psychedelic ile ilgili her şey için en iyi ve en büyük bilgi kaynağı: "Psychedelic Crisis FAQ: Helping

Machine Translated by Google

Kötü Bir Yolculuk, Psişik Kriz veya Manevi Krizden Geçen Biri." (www.erowid.org/psikoaktifler/sss/psychedelic_crisis_faq.shtml)

1. Birisi zor zamanlar geçiriyor gibi görünüyorsa, nazikçe birisinin onunla oturmasını isteyip istemediğini sorun. Yanlarında birinin olması rahatsız edici görünüyorsa, yakınlarından birinin dikkat çekmeden onlara göz kulak olmasını sağlayın.
2. Bulundukları alanda onlarla ilişki kurun. Çoğu zaman, insanları izole eden ve paranoya ya da kayıp duygusu yaratan şey, normal farkındalığın "çok uzağında" oldukları için başkalarının onları temellendirmeye çalışmasıdır. Bunun yerine, sadece onlar için orada olmaya çalışarak başlayın. Dünyayı onların gözünden görmeye çalışın.
3. Ayarı hangi farklı yollarla değiştirebilirsiniz (gürültü seviyesi, sıcaklık, dışarısı ile içerisi vs.)? Bir parti/rave/konser ortamı, bir kişinin ruh halini kötüleştirebilir. Yardımcı olacak gibi görünüyorsa (deneyimciden ipuçları alarak) en sessiz yeri bulmayı düşünün ve insanlardan etrafta kalabalık olmamalarını isteyin. Durumun kontrol altında olduğundan emin olun, daha sonra yardıma ihtiyaç duyulması durumunda yardım teklif edenlere dikkat edin.
4. Duygusal veya fiziksel zarar riskini nasıl en aza indirebilirsiniz? Unutmayın, endişeniz kişinin nasıl hissettiğiyle ilgili olmalıdır, durumla değil ("aman tanrım, bir şeyler yapmalıyız"daki gibi).

5. Paranoya: Kişi yanında kimseyi istemiyorsa, arkanıza yaslanın veya onlara bakmamak için arkanızı dönün, ancak mümkün olduğunca dikkatli bir şekilde gözünüzü üzerinde tutun. Paranoyak bir durumda olmanın, bir yabancının (ister siz olun, ister olmayın) sizi takip etmesinin ve sizi izlemesinin nasıl bir his olduğunu düşünün.
6. Hangi nesneler/etkinlikler/dikkat dağıtıcı şeyler kişinin zor bir alanı (oyuncaklar, hayvanlar, müzik vb.) atlamasına yardımcı olabilir?
7. Baskı Yok: Sadece onlarla birlikte olun. Bedensel yaralanma riski yoksa, sadece bir şeye ihtiyaçları olursa oradalar.
8. Dokunun. Dokunma çok güçlü olabilir, ancak aynı zamanda oldukça ihlal edici olabilir. Genel olarak, onlar tamam demedikçe veya önce onlar size dokunmadıkça onlara dokunmayın. Sarılmaya ihtiyaçları var gibi görünüyorsa, onlara sorun. Sözlü iletişimin ötesindeyse, herhangi bir olumsuzluğa karşı çok duyarlı olmaya çalışın.

Machine Translated by Google

dokunma tepkisi. Herhangi bir cinsel ilişkiye girmekten kaçınmaya çalışın. Çoğu zaman, el ele tutuşmak, birinin size ihtiyaç duyduğunda orada olduğunuzu bilmesini sağlamanın çok etkili ve tehdit edici olmayan bir yoludur.

9. Yoğunluk döngüler veya dalgalar halinde gelebilir. Aynı zamanda, bir başlangıcı, ortası ve bir sonu olabilen bir sistem olarak, kişiötesi alanlarda bir hareket olarak da çalışabilir. zorlamaya çalışmayın
taşımak çok zor.

10. Sonsuza Kadar Değil: Akıl sağlığı konusunda endişelenecek kadar bağlılarsa, onlara güvenin durum bir psikoaktiften kaynaklanır ve zamanla "ev" ruh hallerine geri dönerler.
11. Normal Uyuşturucunun Neden Olduğu: Onlara bir psikoaktifin akut etkilerini yaşadıklarını söyleyin (ne olduğunu biliyorsanız söyleyin) ve ruhsal krizler yaşamanın normal olduğunu (nadir de olsa) bildirin ve onların (binlerce kişi gibi) Onlardan önce) rahatlarlarsa ve maddenin kendi akışına girmesine izin verirlerse sorun olmaz.

12. Nefes: Onlarla nefes alın. Yardım için hazır bulunacak kadar bağlılarsa, derin, uzun, dolu nefeslerle size katılmalarını sağlayın. Eğer buna müsaitlerse ya da gerçekten çok uzaktalarsa ve çıldırıyorlarsa, ellerini karnına koyup "buradan nefes al", "sadece nefes almaya devam et, anladın" diyerek yardımcı olabilir.

13. Rahatlama: Ölümün veya şeytanlar tarafından parçalara ayrılmanın ortasında rahatlamak çok ama çok zor olabilir, ancak onlara fiziksel bedenlerine hiçbir şey olmadığından emin olmak için orada olduğunuzu söyleyin.
Gerçekten zor içsel süreçler sırasındaki en önemli şeylerden biri, bunların olduğu gerçeğiyle barışık olmayı öğrenmek, kişinin bu deneyimi durdurma girişimini "rahatlatmak" ve sadece olmasına izin vermektir.

14. Meditatif Olmak: Nazikçe gözlerini kapatıp içe odaklanmalarını önermek, bazen deneyimlerinin seyrini değiştirir.
15. Çıplak Ayak Yerde: Yapılacak en merkezleme ve topraklama işlerinden biri ayakkabı ve çorapları çıkarıp ayakları doğrudan sert zemine koymaktır. Bunu, zeminin aşındırıcı olduğu çok tehlikeli ortamlarda yaparken dikkatli olun.

16. Göz Teması: Eğer kişi paranoyak davranmıyorsa ve sizden korkuyorsa, buna çok şey eklediğinizden emin olun. göz temasından.
17. Benim için her şey yolunda: Tüm dünyanın onlar için parçalanabileceğini açıkça belirtin, ama senin için her şey yolunda.

Machine Translated by Google

18. Sağlıklı Süreç: Krizler insan psikolojik sürecinin normal bir parçasıdır ve tek yönlü tc97
Onları meşgul etmek, çözülecek bir "sorun" değil, bir iyileşme sürecidir.

Bazı kişilerin akut deneyimler sırasında kendilerine en çok yardımcı olduğunu bildirdiği en rahatlatıcı şey, etraflarına battaniye sarılmasıdır. Acil durumlar için kalın, ağır bir battaniyeye sahip olmanızı yeterince tavsiye edemeyiz.

Ortamdaki Değerler ve Prosedürler
Psikedelik dostu bir etkinlik yaratanların (bazı) sorumluluğu vardır ve bu etkinliği güvenli hale getirmek ve su, dinlenmek için bir yer ve dinlenmek için güvenli bir yere ihtiyacı olan topluluk üyelerine yanıt vermektir. ayarı bilen ve kolaylaştıran bir personel.
Beklenen veya uygun bir "tedavi" olmamasına rağmen, personelin bir katılımcının ne zaman dışarıdan yardıma ihtiyacı olduğunu ve etkinlik ortamında ne zaman güvenli bir şekilde ağırlanmaya devam edebileceğini anlayabilmesi önemlidir.

- Alıcının haberi olmadan veya izin vermeden doz vermek tecavüz gibidir: Bu bir hediye değildir, saykodelik bir eylem değildir ve asla tamam değildir. Bu değer, ev sahibi kuruluşun kültüründe aktif olarak teşvik edilmelidir.
- Krizde bir katılımcıyla oturmanın amacı etkileri azaltmak değil, bireyin kendisiyle veya başkalarıyla çatışmaya girmeden süreci oynayabileceği güvenli bir yer yaratmak ve sürdürmektir.
- Otururken aktarım (korkudan, karışmak istememekten, güçten, çekicilikten vb.) kaçınılmazdır ve kabul edilmeli, önceden konuşulmalı ve yönetilmelidir.

- Asla cinsel oyunculuk yok. •
Krizdeki topluluk üyesi sağduyu ve gizliliği hak eder. • Krizdeki topluluk üyesi yalnız bırakılmamalıdır. • Bakıcılar zor zamanlarla yüzleşmeye ve etrafta kalmaya hazır olmalıdır.

Machine Translated by Google

- Psikedelik dostu etkinliklerde nöbetçi sağlık personeli bulunmalıdır, ancak güvenli bir alan yaratılırsa, nadiren gerekli olacaktır.

Machine Translated by Google

mitler ve yanlış algılamalar

DAVID PRESTI, Ph.D. ve JEROME BECK, Ph.D.

Geçenlerde, bir antropolog arkadaşımla mantarlar hakkında güncel, düşünceli ve iyi yapılmış bir filmde kaydettiği bazı yanlış bilgiler hakkında teselli ediyordum. Yanlış bilginin, özellikle gerçek tecrübesi olmayan bir alimden, tecrübesi olmayan başka bir âlime geçtiği gibi, yavaş yavaş kabul edildiği ve genel topluma süzüldüğü konusunda hemfikirdik. Bir kez orada, yerinden çıkarmak ve gerçekle değiştirmek şeytani bir şekilde zordur. Bu bölümle ilgili harika olan şey, tamamen güncel olmasıdır; tüm bu yanlış anlamalar ortada. Bu bölümle ilgili korkunç olan şey, on yıl önce yazılmış olmasıdır. Umarım bir an önce eskir.

Bu materyal ilk olarak David Presti ve Jerome Beck tarafından yazılan bir bölüm için Psychoactive Sacramentals kitabında yayınlandı. beyindeki kimyasal süreçler ve davranış arasındaki ilişki üzerine. Beck Bilimsel Analiz Enstitüsü'nde ortak araştırmacıdır ve California Üniversitesi'ndeki Tütünle İlgili Hastalıklar Araştırma Programı için halk sağlığı, politika ve epidemiyoloji araştırma yöneticisi olarak hizmet vermektedir.

LSD (liserjik asit dietilamid), birçok halüsinojenik, vizyoner veya entheojenik kimyasal gibi, ABD hükümeti tarafından Çizelge 1 kontrollü madde olarak sınıflandırılır.
Bu tür maddelerin tıbbi uygulamaları olmadığı kabul edilir ve Amerika Birleşik Devletleri'nde insan kullanımı için yasal olarak mevcut değildir. Bu nedenle, LSD kullanıcılara yalnızca bilinmeyen saflık ve etki gücüne sahip yasadışı bir "sokak uyuşturucusu" olarak sunulmaktadır. Birçok sözde sokak uyuşturucusu

Machine Translated by Google

ilişkili mit külliyatı, ancak bu hiçbir yerde LSD'den daha dramatik ve fantastik olamaz. 1938'de sentezlenmesinden ve 1943'te Albert Hofmann tarafından karakterizasyonundan önce bilinmemekle birlikte, birçokları için LSD, prototipik halüsinojeni temsil eder. Son derece tartışmalı doğası ve bilinç üzerindeki güçlü ve derin etkileri göz önüne alındığında, LSD ile ilişkilendirilen olağanüstü folklor belki de beklenebilir.

LSD mitolojisinin özellikle dikkate değer bir yönü, hem uyuşturucunun 9 dolarlık kullanıcısı hem de madde kötüye kullanımı alanındaki uzmanlar arasında varlığıdır. Profesyoneller arasında, bu efsanelerden bazıları, önde gelen profesyonel yayınlarda "gerçekler" olarak anılacak kadar yaygındır. Kamuoyunun ve medyanın yanlış bilgilerle yanıltılmasına rağmen, halüsinojen kullanıcıları genellikle kullandıkları maddeler hakkında iyi bilgilendirilir. Bununla birlikte, buna rağmen, bazı efsaneler hala LSD kullanıcıları tarafından yaygın olarak inanılmaktadır.

LSD mitlerinin çoğu, 1960'ların politik olarak yüklü çağında başladı ve medya, sokak kullanıcısı alt kültürü ve hükümet ve kolluk tarafından korkutma taktikleri de dahil olmak üzere birden fazla kökene ve yayılma yöntemine sahiptir. Bu bölümde, hem kullanıcılar hem de profesyonel uzmanlar tarafından strikninin LSD'nin ortak bir katkısı olduğuna dair yaygın inanışa özellikle dikkat ederek, LSD ile ilişkili önde gelen folkloru ele alıyoruz. Bu prototipik mite ek olarak, yaygın olarak kabul edilen diğer bazı inançlara da kısaca değineceğiz.

Striknin ve Diğer Katkı Maddeleri

LSD'nin sıklıkla bir dizi toksik maddeyle karıştırıldığı ("kesildiği"), destekleyici kanıt olmamasına rağmen, kullanıcı ve profesyonel ağlara otuz yıldan fazla bir süredir nüfuz eden uzun süredir devam eden bir inançtır. LSD'ye inanılan ilaveler arasında öne çıkanlar, metamfetamin (hız olarak bilinen popüler sentetik sokak ilacı) ve striknin (Hindistan'a özgü bir ağacın tohumlarından bir alkaloid olan Strychnos nux vomica, tarihsel olarak kemirgen zehiri olarak kullanılır ve sinir sistemi uyarıcısına sahiptir. özellikler).3

Machine Translated by Google

Kullanıcılar bazen bir LSD deneyiminin özelliklerini LSD'nin kendisine olduğu kadar bu zina yapanlara da atfederler. Örneğin, bir LSD deneyimi, numunede mevcut olduğu varsayılan metamfetamin nedeniyle "hızlı" olarak tanımlanabilir. Striknin ile karıştırıldığı düşünülen LSD'nin bazen hoş olmayan bir deneyimin (kötü yolculuk) temeli olduğu veya bazı LSD kullanıcıları tarafından deneyimlenen gastrointestinal sıkıntı kaynağı olduğu iddia edilmektedir. Kullanıcılar arasında standart bir referans olan High Times dergisi bile , "[LSD'ye] yaygın zina maddelerinin striknin, amfetamin ve

küvetin etrafında başka ne varsa vardı."4 Zorunlu bir sağlık sınıfında yüz den fazla üniversite öğrencisine uygulanan bir ankette, LSD kullanmış olan öğrenciler yaygın olarak striknin ve metamfetaminin sık sık zina edici olduğuna inanırken, kullanmayanlar kullanılmış LSD'ler bu efsaneden büyük ölçüde habersizdi.0

Uyuşturucu tedavisi uzmanları arasında, LSD'nin sıklıkla striknin ile karıştırıldığına da yaygın olarak inanılmaktadır. Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (4. baskı) (DSM-IV), Amerika Birleşik Devletleri'nde zihinsel bozuklukların (uyuşturucu kullanımı dahil) teşhisine ilişkin standart referans bile, strikninden LSD'ye katkı maddesi olarak bahseder. Psikiyatristler için sürekli eğitim üzerine profesyonel bir dergi olan Psychiatric Annals, 1994'te halüsinojenlere bir sayı ayırdı. Derginin bu sayısındaki sayısız yanlışlık arasında, LSD'ye striknin eklenmesine atıfta bulunuldu.

"halüsinasyon deneyimlerinin gücünü artırmak" için. Bu makale, striknin zehirlenmesinin tedavisine yönelik prosedürün bir açıklaması ile devam etti ve bunun, LSD'yi aldıktan sonra akut sıkıntı içinde olan herkes için acil tıbbi bir ihtiyaç olabileceğini belirtti.

LSD'nin striknin kontaminasyonundan, madde bağımlılığı tedavisine ilişkin önde gelen profesyonel kitaplarda8 ve son zamanlardaki uyuşturucu eğitimi ders kitaplarında da bahsedilmektedir. 9-1 1 Böylece, eğitim metinleri, belgelenmiş herhangi bir analize veya vakaya atıfta bulunmaksızın, striknin mitini yaymaya devam ediyor.

Machine Translated by Google

ABD Adalet Bakanlığı tarafından yayınlanan uyuşturucu argosu derlemeleri ve [12]
"backbreaker", "white acid" ve "four way" gibi LSD ve striknin kombinasyonlarını tanımlayan profesyonel tıbbi dergi listesi terimleri. Ancak bu kimyasal kombinasyonun herhangi bir isim altında var olduğuna dair hiçbir kanıt yoktur. Uzmanlar arasındaki bu inancın kapsamı etkileyici ve striknin efsanesini LSD folkloru külliyatında benzersiz kılıyor.

Striknin efsanesi, Albert Hofmann'ın, LSD olduğu iddia edilen ve strikninden başka bir şey olmadığı ortaya çıkan bir toz örneğinin analizine ilişkin (1970'te yürütülen) raporuyla desteklenmiş olabilir . LSD, yıllar boyunca sürekli olarak sokakta satılan ürünlerin1

IC 1
LSD nadiren zina içerir ve hiçbir zaman striknin içermediği için. '
Otuz yıl önce, tağşişin tespit edildiği birkaç vakada, zina yapan madde ya fensiklidin (PCP) ya da metamfetamindi. JK Brown ve MH Malone tarafından analiz edilen, sözde LSD'nin 581 sokak örneğinden, sonuçlar 491'inin (yüzde 84,5) yalnızca LSD içerdiğini, 31'inin (yüzde 5,3) LSD ve PCP içerdiğini, 11'inin (yüzde 1,9) tek başına PCP olduğunu ve 5'inin (yüzde 0,9) olduğunu gösterdi. yüzde) LSD artı amfetamin veya metamfetamin içeriyordu. Yazarlar, "Toksik semptomlar temelinde striknin içerdiği düşünülen birkaç örneği analiz ettik, ancak her durumda sadece LSD tespit edildi... Sokak uyuşturucu analizleri yapan diğer grupların hiçbiri LSD içeren herhangi bir striknin bildirmedi. örneklem." 1 7 Tarihsel olarak, LSD'nin sokak örneklerinde tağşiş yapan maddeler nadiren tespit edilmiş olsa bile, bu olasılık, LSD'nin dağıtımı için açık ara en yaygın taşıyıcı ortam olan kurutma kağıdının piyasaya sürülmesiyle son zamanlarda daha da ihtimal dışı hale getirildi. yirmi yıldan fazla. Bu ortam gelişti, çünkü LSD'nin yüksek gücü, kimyasalın küçük miktarlarını tek tip dozlara bölmek için güvenilir bir yöntemin kullanılmasını gerektiriyor. Emici kağıdı bilinen konsantrasyondaki çözeltilere maruz bırakmak bunun için oldukça iyi sonuç verir. Ancak önemli bir üretim yapabilmek için

Machine Translated by Google

psikoaktivite, beş milimetrekarelik dozaj birimleri kurutma kağıdı, yeterli miktarda striknin veya zina edici olduğu iddia edilen diğer maddeleri içeremez. Ek olarak, LSD'nin çok yüksek etki gücü ve devam eden düşük maliyeti, etkilerini arttırmak için katkı maddelerinin eklenmesini gereksiz kılmaktadır.

18

Yasal ve Yasadışı Uyuşturucular'da Brecher, strikninin LSD'ye bir "hacim arttırıcı madde" olarak ve muhtemelen psikoaktif etkilerin dolaysızlığını artırmak için eklenmiş olabileceğini iddia ediyor. LSD'de varsayılan striknin varlığı için sunulan bir başka neden, LSD'nin kurutma kağıdına bağlanmasını kolaylaştırmak için gerekli olmasıdır. Bunların hiçbir doğru değil. Diğer hikayeler, strikninin LSD sentezinin bir kirleticisi, LSD'nin bir parçalanma ürünü veya yuttuktan sonra üretilen bir metabolit olduğunu söylüyor. Bunlar da efsanedir. BotlP2 striknin ve LSD, karmaşık karbon bazlı bileşikler olsa da moleküler yapıları oldukça farklıdır. Striknin, kimyasal bir öncü, sentez yan ürünü, bozunma ürünü veya LSD'nin metaboliti değildir. LSD'nin sokak örneklerinde herhangi bir striknin bulunmadı ya da varlığını beklemek için herhangi bir neden.

LSD'de striknin efsanesinin kökeni belirsizdir. 1960'ların sonunda zaten iyi kurulmuştu. Lee ve Shlain1960'ların sonlarında San Francisco'nun Haight-Ashbury mahallesinde sokağa çıkan LSD'nin çoğu, bir tür katkı maddesiyle güçlendirilmiş , genellikle hız veya striknin veya bazı durumlarda böcek ilacı. Ama bu kontamine asit nereden geldi?" Yazarlar, bu kontamine LSD'nin organize suç tarafından üretildiğini ve dağıtıldığını ve o zamanlar kötü LSD ile eşanlamlı olan "sendikasyon asidi" olarak adlandırıldığını söylemeye devam ediyor.

1960'ların sonu, San Francisco'nun hippi sahnesinde kaotik zamanlardı. Alkol, eroin ve metamfetamin giderek daha fazla kullanılıyordu ve bu, çok sayıda bilgisiz gencin akını ile birlikte, eski pastoral sahnenin hızla yok olmasına katkıda bulunuyordu. Ortaya çıkan kaos, şüphesiz LSD deneyiminin setine ve ortamına güçlü bir olumsuz bileşen ekledi. Ancak, hiçbir kanıt yok

Machine Translated by Google

LSD numunelerinde strikninin gerçek varlığını gösteren o zamandan itibaren. Striknin efsanesinin 1960'ların sonlarında, yozlaşan sosyal sahneyle ilgili LSD deneyiminin olumsuz yönlerini açıklamaya yardımcı olmak için geliştiğinden şüpheleniyoruz.

Deneyimli kullanıcılardan, farklı yasadışı LSD örneklerinin çok farklı etkiler üretebileceğine dair iddialar var. Bu tür farklılıklar zihinsel durum ve fiziksel ortamdaki farklılıklarla açıklanabilse de, işleyen kimyasal mekanizmalar da olabilir. Eksik bir şekilde bulunan diğer ergot alkaloidleri ve LSD'nin kimyasal akrabaları

saflaştırılmış müstahzarın psikoaktif etkileri olabilir." LSD'nin yıkım ürünleri ve metabolitleri de bildirilen bu tür farklılıklara katkıda bulunabilir.

Ancak, bu zaman içinde bu noktada spekülasyon olmaya devam ediyor. suclP3 olasılıklarının klinik çalışması yapılmamıştır ve aslında LSD ve ilgili kimyasallarla insan araştırması yapmanın zorluğu göz önüne alındığında, şu anda yürütmek neredeyse imkansız olacaktır.

Hükümet, kolluk kuvvetleri ve madde bağımlılığı tedavisi topluluğu açısından bakıldığında, strikninin bir zina maddesi olduğu efsanesi, kullanıcıları LSD ile deneme yapmaktan caydırmak için uygun bir korkutma taktiği olmaya devam ediyor. Kullanıcının bakış açısından, bu efsane, önemli ölçüde tatsız olan deneyimler (yani, kötü yolculuklar) için uygun bir dış açıklama olarak kalır.

dövme asidi

Medya, kolluk kuvvetleri ve 21 ebeveyn grubu arasında o kadar sık dolaşan başka bir efsane, "en sinsi şehir uyuşturucu efsanesi" olarak tanımlandı.

Bu, sürekli ortaya çıkan "dövme asidi" efsanesidir. Kurutma kağıdı LSD'si sıklıkla çizgi film karakterleri veya diğer sanatsal tasarımlarla gösterildiğinden, bazı insanlar onu transfer dövmelerine benzediğini bulmuşlardır. Bu, Amerika Birleşik Devletleri'ndeki topluluklarda, çocuklara getirdiği tehdide karşı uyarı veren anonim broşürlerin periyodik olarak ortaya çıkmasına neden oldu. Emeryville Polis Departmanından 31 Mart 1987 tarihli bir bülten

Machine Translated by Google

California, "Topluluğumuza yeni bir tehlike girdi... Bu, küçük çocuklarımıza hitap ederek asit satmanın yeni bir yolu. Küçük bir çocuk bunların başına gelebilir ve ölümcül bir yolculuk yapabilir.' Ayrıca, biraz eğlenmek isteyen daha büyük çocuklar veya yeni müşteriler yetiştiren başkaları tarafından küçük çocuklara ücretsiz bir 'dövme' yapılabileceği öğrenildi."

Bülten, insanları bu dövmelere dokunmamaları konusunda uyararak sona eriyor, çünkü "bu ilaçların çok hızlı tepki verdiği ve bazılarının striknin içerdiği biliniyor."

Bu özel efsane, Uyuşturucu tarafından resmen itibarsızlaştırılan tek efsanedir.
İcra İdaresi (DEA). 1991 yılında yayınlanan bir muhtırada, DEA şunları söyledi:

> LSD'nin iddia edilen "yeni formuna" karşı uyarı içeren el ilanları on yıldan fazla bir süredir Amerika Birleşik Devletleri'nde dolaşıyor. Tipik olarak, genellikle ebeveynlere yönelik uyarılar ...LSD emdirilmiş çıkartmaların veya çizgi film karakterleri ile süslenmiş dövmelerin veya 10 4 çocuğa hitap edecek şekilde tasarlanmış diğer resimlerin tehlikelerine karşı uyarır.... çıkartmalar ve bunları cilde uygulayarak, bir çocuk halüsinojenik bir yüksekliğe maruz kalabilir....
>
> Mektuplarda, afişlerde ve el ilanlarında bulunan uyarılar, iyi niyetli kişiler, okul sistemleri, özel şirketler ve basın tarafından sayısız kez çoğaltılmıştır. Uyarılar özellikle zahmetli ve kafa karıştırıcı olabilir çünkü LSD, onun biçimleri ve etkileri hakkında bazı doğru bilgiler içerirler... Çocukların çıkartmaları ile süslenmiş kurutma kağıdı asidi arasındaki tesadüfi benzerlik, muhtemelen bazı kuyumcular tarafından yapılan hatalı varsayımın temeliydi. küçük çocuklar için özel bir tehlike olduğu anlamına gelen bireyler.
>
> Bazı lise ve üniversite çağındaki çocuklar kurutma kağıdı asidi satın alıp kafayı buluyor olsalar da, hayır, tekrar edin, hiçbir DEA veya eyalet ya da yerel makam şimdiye kadar bunu yapmamıştır. tarih, herhangi bir çocuk çıkartması veya LSD ile dövme örneği bildirdi.... Bu bir aldatmacadır.

Kromozom Hasarı ve Doğum Kusurları

Machine Translated by Google

1960'ların sonundaki önde gelen mitlerden biri ve LSD'nin korku ve kınanmasına önemli ölçüde katkıda bulunan mitlerden biri, LSD kullanımının kromozomal kırılma, diğer genetik hasarlar ve doğum kusurları (teratojenisite) ürettiği inancıydı. Bu hikaye, 1967'de saygın Science dergisinde LSD'nin eklendiğini iddia eden kısa bir yayınla başladı .

23

kültürlenmiş insan beyaz kan hücreleri kromozomal anormallikler üretti. * Bu makalenin birincil yazarı, birkaç ay sonra prestijli tıp dergisi The New England Journal of Medicine'de benzer bir rapor yayınladı. Bu son derginin aynı sayısında, LSD'nin neden olduğu doğum kusurlarının ve genetik hasarın keşfini vurgulayan ve LSD'nin kromozomlar üzerindeki etkisinin altını çizen bir editör makalesi de yer aldı.

25

iyonlaştırıcı radyasyonun neden olduğu hasara benziyordu." Bu yayınları, aynı olduğunu iddia eden çeşitli araştırmacılar tarafından bir dizi çalışma izledi. L.S.D.

Daha sonraki ve daha dikkatli çalışmalar, başlangıçtan çıkarılan sonuçların araştırmalar temelsizdi. 1967 tarihli ilk makaleyi takip eden dört yılda yayınlanan altmış sekiz çalışmanın kapsamlı bir incelemesi ve yayınlanmış 0 5 raporu, 1971'de Science dergisinde büyük bir makale olarak yayınlandı . İnceleme, "orta dozlarda alınan saf LSD'nin in vivo olarak kromozomlara zarar vermediği sonucuna vardı. , saptanabilir genetik hasara neden olmaz,

26

ve insanda teratojen veya kanserojen değildir."

Ne yazık ki, daha önceki iddiaların bu yalanlamaları medya ve uyuşturucu bilgilerinin hükümet tedarikçileri tarafından görmezden gelindi. Sonuç olarak, genetik hasarın destekleyicisi olarak LSD efsanesi hala çok canlı. Daha iyi çağdaş uyuşturucu eğitimi ders kitaplarından biri, uyuşturucularla ilgili bir dizi doğru/yanlış sorusunun sonuçlarıyla açılır.

Sorular, Stony Brook'taki New York Eyalet Üniversitesi'nde kitabın yazarı tarafından verilen bir uyuşturucu eğitimi sınıfına sunuldu. Bir soru, "hamilelik sırasında bir kez bile olsa LSD alan kadınların, LSD almayan kadınlara göre doğum kusurlu çocuklara sahip olma olasılığının önemli ölçüde daha yüksek olduğunu" belirtiyor. Cevap

Machine Translated by Google

yanlış. 1991 yılında 223 öğrenciden oluşan bir sınıfta bu sorunun sadece yüzde 6'sı
[27]
doğru cevap" ve 1996'da bu soruya verilen 200 kişilik bir sınıfta sadece 9
[28]
yüzde doğru cevap verdi. Efsane yaşıyor.

Çıldırmak

AKUT VE UZUN SÜRELİ ADVERS REAKSİYONLAR

LSD ve diğer birçok psikoaktif ilaç, çeşitli akut (entoksikasyon döneminde kısa süreli) davranışsal etkiler üretebilir. Bunlar anksiyete, öfori, disfori, paranoya, halüsinasyonlar, diğer algı değişiklikleri ve benzerlerini içerebilir. Algı ve bilinç değişiklikleri, şaşırtıcı olmayan bir şekilde, deneyimin beklenen bir parçasıdır. Ek olarak, kullanıcının başlangıçtaki zihinsel yapısı (örn. ruh hali, beklentiler) deneyimin doğasını derinden etkileyebilir. Depresif veya endişeli olan ve LSD alan biri, depresyon veya anksiyete alevlenmesi yaşayabilir.

Olumlu bir zihinsel alanda bulunan biri, zorunlu olarak olmasa da, kendinden geçmiş bir deneyime sahip olabilir. LSD ile ilgili herhangi bir deneyim, hem olumlu hem de olumsuz ruh hali durumlarını içerebilir. Ortaya çıkan materyal terapötik olarak işlenirse veya manevi bir çerçeveye entegre edilirse, olumsuz ruh halleri bile psikolojik olarak faydalı olabilir. Bu
[30]
LSD ve benzeri maddelerin psikoterapötik değerinin bir yönü. 2 9

Kalıcı (kronik) olumsuz psikolojik etkiler farklı bir hikaye. LSD ve diğer halüsinojenlerin, önemli ve öngörülemeyen bir "çıldırma" riski ve akıldan çıkmayan "kalıcı beyin hasarı" korkusuyla ilişkili olduğu sıklıkla tartışılır. Bu tür folklor, "Yedi kez LSD kullan [veya ..] ve yasal olarak delisin" veya "Beş veya on kez ya da her neyse birini tanıyorum. LSD'yi kim aldı ve bir portakala dönüştüğünü gibi hissediyorum." Bahsedilen diğer etkiler, bir [illegible] gibi hissetmek veya portakal depresyon, paranoya, psikoz veya intihar ve şiddet içeren davranışların gelişimidir.

Machine Translated by Google

Belirli bireylerde LSD kullanımının kalıcı olumsuz etkilerinin ortaya çıkma olasılığını tartışmıyor olsak da, klinik literatürün incelemeleri, ortaya çıktıklarında kronik sorunlu etkilerin en sık olarak aşağıdakilerle ilişkili olduğunu göstermektedir.

LSD kullanımından önce mevcut olan psikolojik dengesizlik. [31,32] Örneğin, insanlarla borderline kişilik işleyişi (DSM-IV'ün dilinde) veya gizli zihinsel bozukluklar (örneğin, şizofreni için pozitif bir aile öyküsüne sahip olmak), LSD kullanımından kaynaklanan semptomların aktivasyonunu ve ardından kronik sorunlar yaşayabilir. Bu tür bireyler ayrıca çeşitli diğer çevresel stres faktörlerine maruz kalma riski altında olacaktır.

Dr. Sidney Cohen tarafından 1950'lerde psikoterapötik ortamlarda LSD kullanımına ilişkin kapsamlı bir inceleme (beş bin alıcıya verilen yaklaşık yirmi beş bin uygulama dahil), LSD kullanıldığında akut ve kronik sorunlu reaksiyonların insidansının son derece düşük olduğunu bildirdi. önceden var olan şiddetli hastalığı olmayan bireylere kontrollü terapötik koşullar altında uygulanan psikopatoloji. Bu, potansiyel kullanıcıların psikolojik taramasının (çoğu insan için güvenli olabilir, ancak herkes için değil) yanı sıra uyuşturucu seansının düzenine ve ayarına dikkat edilmesi gerektiğini savunuyor. [34]

LSD'nin toksik farmakolojik etkilerinden kaynaklanan insan ölümü hiçbir zaman belgelenmemiştir. 1 0 7 LSD için farmakolojik terapötik indeks (öldürücü dozun terapötik olarak etkili doza oranı) şüphesiz çok büyüktür. Bazı "bilimsel" kötü şöhretli bir vaka var. Science dergisinde yayınlanan araştırma" : çok yüksek dozda LSD alan bir fil daha sonra öldü. Ancak bu durumda, file aynı zamanda barbitürat ve antipsikotik ilaçlar da dahil olmak üzere, muhtemelen ölümüne katkıda bulunan başka güçlü maddeler de verildi.

LSD'nin beyinde, omurilikte ve vücut yağında tutulduğu ve daha sonraki zamanlarda - hatta yıllar sonra - yan etkiler (bazı yönlerin yeniden yaşanması olan "geri dönüşler" gibi) üretmek için sızabileceği iddialarını duyduk. ilacın yokluğunda ilaç zehirlenmesi deneyimi). Geçenlerde bir tıp öğrencisinden duyduk ki

Machine Translated by Google

bu "gerçeği" ülkenin önde gelen tıp okullarından birinde bir sınıfta öğrendi. Bunun gerçekte hiçbir temeli yoktur çünkü LSD'nin vücutta uzun süre kaldığına dair kesinlikle hiçbir kanıt yoktur.

Geçmişe dönüş kavramı, muhtemelen, halüsinojenik ilaçlarla ilgili literatürde daha karışık kavramlardan biridir. Harvard Tıp Fakültesi öğretim üyeleri Lester Grinspoon ve James B. Bakalar, bu fenomenle ilgili mükemmel tartışmalarında şunları söylüyorlar:

> Terim çok gevşek ve değişken bir şekilde kullanıldığından, geçmişe dönüş çalışmalarını değerlendirmek zordur. En geniş tanımıyla, uyuşturucunun etkisi altındayken başlangıçta yaşanan duygu ve algıların geçici olarak yinelenmesi anlamına gelir. Saniyeler veya saatler sürebilir; bir seyahatin sayısız yönünü taklit edebilir; ve keyifli, ilginç, sinir bozucu veya korkutucu olabilir. Çoğu geri dönüş, görsel bozulma, zaman bozulması, fiziksel semptomlar, ego sınırlarının kaybı veya birkaç saniye ile birkaç dakika arasında süren yoğun duygunun yeniden yaşanması bölümleridir.
>
> Normalde sadece biraz rahatsız edicidirler, özellikle de uyuşturucu kullanıcısı genellikle onları ne oldukları için tanır; hatta gönülsüzce "serbest yolculuklar" olarak kabul edilebilirler. Bazen daha uzun sürerler ve vakaların küçük bir azınlığında
> korkutucu görüntüler veya düşünceler/[37]

Geri dönüşleri düşünmek için bir çerçeve, sağlam ve kolayca etkinleştirilen bir tür bellektir. Geri dönüşlerin başka bir kavramsallaştırması, onları uyuşturucu eylemi sırasında bilinçdışı zihinden salınan ve o sırada tam olarak işlenmemiş çatışmalı materyalin yeniden ortaya çıkmasıyla ilgili olarak gören psikodinamik bir kavramdır.

Dünyanın en deneyimli LSD terapistlerinden biri olan Stanislav Grof, klasik kitabı LSD Psikoterapisinde geçmişe dönüşler ve diğer olumsuz reaksiyonlar hakkında şu açıklamayı yapar: "İlacın zor duygusal materyal alanlarını harekete geçirdiği ve bireyin bunlarla yüzleşmekten kaçınmaya çalıştığı seanslar. uzun süreli reaksiyonlara neden olabilir,

Machine Translated by Google

tatmin edici olmayan bütünleşme, müteakip kalan duygusal veya psikosomatik problemler veya

38

daha sonraki 'geri dönüşlerin' temeli haline gelen tehlikeli bir zihinsel denge.

LSD kullanımıyla ilişkili geçmişe dönüşler için DSM-IV terminolojisi "halüsinojen kalıcı algısal bozukluk" şeklindedir ve

3 9

"HPPD" olarak kısaltılır . DSM -IV , bireyde önemli bir sıkıntıya neden olan kalıcı görsel algısal fenomenlere odaklanan özellikle dar bir tanım alır. Bu durum, LSD kullanmış kişiler arasında gerçek ancak nadir görülen bir durum olabilir. 4 0 Bununla birlikte, bu durum yalnızca çok sınırlı bir çalışma almıştır ve LSD kullanımı ile iddia edilen ilişkisi, çoklu uyuşturucu kullanımı ile karıştırılmaktadır.

diğer değişkenler gibi.41

Bir LSD deneyiminin yoğunluğunu (esrik ya da sorunlu) belirlemede önemli bir faktör, yutulan ilacın miktarıdır. Bu doğrultuda, sokak örneklerinde bulunan ortalama dozajın 1970'lerin başından beri önemli ölçüde düştüğünü belirtmek önemlidir. 1960'larda sokak LSD'sinin dozaj birimleri genellikle 200 mikrogramın üzerindeyken, 1990'larda bildirilen ortalama sokak numunesi dozu daha yakın olmuştur.

rrx · 42.43

60 mikrogram.

Akut, olumsuz psikolojik reaksiyonlar, kesinlikle LSD kullanımıyla ilgili en önemli endişelerdir. Ne yazık ki, bu tehlikeler aynı zamanda mitler ve korkunç uyarılarla en çok artan tehlikelerdir. LSD deneyimi, yalnızca ilacın kendisinin farmakolojik özellikleriyle değil, deneyime eşlik eden inançlarla da şekillenir. LSD deneyiminin yüksek oranda telkin edilebilir doğası nedeniyle, i?P9 inancı , mitlerin kendi kendini gerçekleştiren kehanete katkıda bulunabilir ve ters tepki verme olasılığını artırabilir. Cohen buna "aşırı ilk kaygı" fenomeni adını verdi ve bunu kötü yolculuklara katkıda bulunan önemli bir faktör olarak nitelendirdi. 1 1 Bu göz önüne alındığında, 1960'ların sonundaki medya saldırısı sırasında bildirilen kötü yolculukların sayısının belirgin şekilde artması belki de şaşırtıcı değildir.

Machine Translated by Google

O on yılın sonunda medyada yer alan haberler azaldıktan sonra, olumsuz deneyimlerin sayısı da azaldı. Bu, toplam LSD kullanıcılarının sayısının 1970'lerin başına kadar artması gerçeğine rağmen gerçekleşti. 43-4 8

18 Giderek daha bilinçli bir kullanıcı kültürü ve tahmin edilebilir şekilde daha düşük sokak LSD dozları, olumsuz deneyimlerdeki bu düşüşe en önemli katkılar arasında yer aldı.

Henderson ve Glass, LSD tarihi üzerine kitaplarında, ters tepkiler ve mitos arasındaki ilişkiyi şu şekilde özetlerler: "Popüler mitolojide, LSD kullanıcıları şiddetli patlamalara ve tuhaf davranışlara eğilimlidir. uçabilirler, kör olana kadar güneşe bakabilirler, gözlerini çıkarabilirler ve hatta cinayete meyilli olabilirler.Bir LSD kullanıcısının herhangi bir anda bu olaylardan herhangi birinin tekrarlanabileceği bir uyuşturucu geri dönüşü yaşayabileceğine yaygın olarak inanılır. LSD bazı tuhaf olayları belgeliyor.

1950'lerden beri tüketilmektedir, ancak bunlar gerçekten nadirdir." 4 9

Ruhsal gelişim

Psychoactive Sacramentals kitabının ana teması, LSD ve benzeri maddelerin enteojenik potansiyelidir. Dünya çapında ve tarih boyunca yerli kültürler, psikoaktif bitkileri, transpersonal ile bağlantılarını kolaylaştırmaya hizmet eden dini ritüellerde sakramental olarak kullanmışlardır. Bununla birlikte, bu maddelerin kullanımının otomatik olarak daha yüksek derecede manevi veya dini gelişime yol açacağı bir efsanedir. Entheogen kullanımı, ruhsal gelişimi daha kolay hale getirmez.

Niyete, düzene ve düzene dikkat ederek ustaca ve saygılı kullanım, ruhi yolu geliştirmeye yardımcı olabilir.

Sonuçlar

Machine Translated by Google

Bu mitlerde yanlış bilgiden daha fazlası var. Halüsinojenlerin kamusal, bilimsel, klinik ve hükümet algıları üzerinde olduğu kadar kullanıcı deneyimleri üzerinde de büyük bir etkisi oldu. Bu efsaneler, kırk beş yıl önce klinik araştırmanın sona ermesinde birincil faktördü ve LSD ve benzer maddelerin terapötik ve enteojenik özelliklerinin meşru araştırmalarının yeniden başlatılmasına müdahale etmeye devam ediyor.

Bu kalıcı uyuşturucu mitolojilerinin kökenlerini araştırmak çoğu zaman hem büyüleyici hem de sinir bozucu bir deneyimdir ve nadiren tam bir açıklama sağlar.
Kendi yaşamlarına sahip olan bu ağarmış mitler, uzayda ve zamanda yolculuk ederken pek durağan değildir. Mitlerin dinamik ve uyarlanabilir doğasını yansıtan unsurları, hatalı bellekler veya çeşitli ilgi gruplarının ortaya çıkan ihtiyaçları sonucunda zaman içinde sıklıkla değişime ve süslemeye uğrar.

İnternet, uyuşturucu mitolojisinin yayılmasında merkezi bir rol üstlenmiştir. İnternetin bunları ve diğer mitleri daha geniş bir nüfusa yayma potansiyeli mevcut olsa da, bunun tam tersinin gerçekleşebileceği görülüyor. Elektronik posta alışverişi, haber grubu tartışmaları ve bilgi açısından zengin World Wide Web, onlarca yıldır büyük ölçüde tartışmasız kalan mitlerin düzelticileri olarak ortaya çıktı.

Erowid'inkiler gibi web siteleri (www.erowid.org), Psychedelic Studies Multidisipliner Derneği (www.maps.org), Psychedelic Library (www.psychedelic library.org), Lycaeum (www.lycaeum.org) ve Council on Spiritual Practices (www.csp.org) şunlardır: bu tür birikmiş bilgi kaynaklarının örnekleridir.

Albert Hofmann tarafından keşfinden yarım yüzyıldan fazla bir süre sonra LSD, bilinen en güçlü ve derin psikoaktif maddelerden biri olmaya devam ediyor. LSD'yi çevreleyen folklor, kısmen bu gücün korkularını yansıtıyor. LSD, psikolojik savunmaları ortadan kaldırarak ve kullanıcıları kendi ruhlarının tanrıları ve şeytanlarıyla temasa geçirerek bilinç üzerinde olağanüstü etkiler üretme potansiyeline sahiptir. Üretebileceği güçlü etkiler için en büyük saygıyı hak ediyor. Bu hakikatte yeterince güç var.

Machine Translated by Google

TEKLİ TERAPÖTİK ETKİNLİK REHBERLİ OTURUMLAR

Janet'in (gerçek adı değil) gülümsemesi derinleşti ve yıllarca California'da yaşamasıyla yumuşayan Brooklyn aksanı daha belirgin hale geldi. "Farklı. Büyümek, doğa hayatın bir parçası değildi. Tabii, sokakta bir ağaç, vazoda çiçekler, Central Park'ta yürüyüş, Jersey'de tatil ama özel bir şey yok. Şimdi hissediyorum . Sanki doğa. Beni fark eder. Okyanusta veya Memorial Park'tayken yalnız değilim."

"Doğada daha çok vakit geçiriyor musun?" diye sordum, kalemim altındaki öğenin üzerinde gezinirken Formun 11. sayfasındaki "Boş Zaman Etkinlikleri".

"Tabii. Değil mi?"

Yorumlarını yazdıktan sonra bir sonraki soruyu sordum. Röportajın üçüncü saatine girmiştik. Soracak üç yüzden fazla sorum vardı ve onun çoğu hakkında söyleyeceği bir şey vardı. Alışılmış dört saati planlamıştım, bu da bana genellikle özetimi doldurmam ve bazı genel açıklamalar yapmam için bir ya da daha fazla saat verirdi.

Bugün değil. Bu görüşmelerin bazıları daha da uzun sürmüştü. Benim için iyiydi. Hikayeleri sevdim.

Üç oda ötede, başka bir görüşmeci aynı soruları soruyordu. Altı ila dokuz ay önce, her iki katılımcı da bir terapi rejiminin parçası olan tek bir yüksek doz, psychedelic terapi odaklı seansa sahipti. Şimdi benimle hiç tanışmamış olan Janet, bana hayatının mahrem detaylarını anlatıyordu.

1965'ti ve röportaj tez araştırmamın bir parçasıydı. LSD ve diğer psychedelics'in salyangozların sürünmesinden ve yapay zekanın inşasına kadar her şeyi nasıl etkilediğine dair Amerika Birleşik Devletleri'nde ve dünya çapında daha birçok çalışma yapılmıştı.

Machine Translated by Google

şizofreni, otizm, alkolizm ve nevrozlu insanlara örümcek ağları. Karanlıkta, CIA bu maddeleri insanları şaşırtmak ve korkutmak için kullanmaya çalışmıştı.
Ön örgütler aracılığıyla CIA, terapistlerin ve araştırmacıların bulgularını paylaştığı küçük konferanslara ve yayınlara da sponsor oldu. Timothy Leary ve Ken Kesey ikisi de büyük haberdi ve dünya çapında bir denetimsiz kullanım dalgası oluşmaya başlamıştı.

Bu araştırma, sonuçların çılgınca farklı versiyonları hakkında birbirleriyle pa$t2 konuşan araştırmacıların kafa karışıklığının bir kısmını gidermeyi amaçlıyordu . Ne yazık ki, bazı sonuçlar yayınlanmış olsa da, bulgular kültürü değiştiren olaylar seli ve medyanın abartmasıyla belirsizliğe sürüklendi. Şimdi araştırmalar ileriye doğru küçük adımlar attığına göre, araştırmacılara, terapistlere ve potansiyel kullanıcılara ne beklemeleri gerektiğine dair bir temel sağlamak için bulguları kullanıma sunmanın tam zamanı gibi görünüyor.

Terapötik Protokol

Belgelediğim terapi üç bölümden oluşuyordu: hazırlık, rehberli bir psikedelik seans ve terapistle bir dizi takip toplantısı. Buna, devam eden davranış değişikliklerini ölçmek için bu son takip görüşmesi eklendi.

Hazırlık toplantılarında, güven ve psikoterapötik ilişki kurulurken ilgili konular ve endişeler tartışıldı.
Toplantılar ayrıca yüzde 70 oksijen ve yüzde 30 karbondioksit karışımı soluma kısa deneyimler içeriyordu.

terapi on yıl önceye öncülük etti.1 Deneklerin hiçbirinin önceden psikedelik deneyimi olmadığı ve birkaç inhalasyon çoğu deneği geçici olarak değişmiş bir duruma soktuğu için, bu mikro deneyimleri bile çok rahatsız edici bulan herhangi bir kişiye terapiden nasihat edildi.
programı.

Bugün, psychedelic materyallerle çalışmakla ilgilenen birini bulmak zor.

şu ya da bu saykodelik kullanmamıştır.3 Bu nedenle, hazırlık miktarı bu gerçekten saf denekler için olduğundan daha az olabilir.

Machine Translated by Google

Psikedelik seans bütün bir gün sürdü. Hastalar günü müzik dinleyerek, aile fotoğrafları, ayna gibi çeşitli görsel uyaranlara bakarak geçirirken, bir erkek ve bir kadın rehber destek verdi. Denek, bir gün sonra bir takip görüşmesi için görüldü ve seanstan bir, iki, sekiz ve on iki hafta sonra ek takipler yapıldı. Nihai değerlendirme, altı aya kadar mümkün olduğunca yakın bir zamanda gerçekleştirildi.

sonra.2

Örnek

3 sterlinlik çalışma için altmış yedi kişiyle (kırk dört erkek ve yirmi üç kadın) görüşülmüştür ; ortalama yaşları 35.5 idi. Örnek rastgele değildi; dokuz aylık bir süre boyunca terapi programını tamamlayan ve hala California'da yaşayan ve psychedelic seansına altı ila dokuz ay arasında kalan herkesi kapsıyordu. Medyan eğitim seviyesi iki yıl veya daha fazla kolajdı. Denekler, dini eğitim ve yönelim, klinik teşhis ve kültürel arka plan açısından büyük farklılıklar gösterdi. Terapinin tıbbi masraflarını ödedikleri için, kendilerinin bilgisini ve kendini geliştirmeyi aramak ve elde etmek için oldukça motive olduklarını varsaymak güvenlidir. Ciddi derecede rahatsız olan kişiler çalışmaya kabul edilmedi.

Grubun üçte ikisi, bir ruh sağlığı polikliniğinde yatan hastalarınkine benzer bir dizi tanıya sahipti. Üçte birinin hiçbir semptomu yoktu; onlar işlerinde ve kişisel yaşamlarında "sağlıklı normaller"di ve bu nedenle, psikedelik deneyimleri sırasında aşk ve ölüm gibi nihai soruların yanı sıra diğer evrensel kaygılarla boğuşma olasılıkları daha yüksekti. Seanslarının içeriğinin ve tonunun, seansı kişisel ve kişiötesi keşif için kullanma olasılığı daha yüksek olan daha nevrotik katılımcılarınkinden belirgin şekilde farklı olduğu gözlemlendi.

Kısa bir tarihçe

Machine Translated by Google

Röportajı nasıl geliştirdiğim ve psikedelik araştırmalar yapabildiğim, akademik psikoloji, genel olarak zihin araştırması ve özel olarak psychedelics arasındaki huzursuz ilişkilerin belirtisidir.

60'ların başında Stanford Üniversitesi'ndeki yüksek lisans yıllarımda, dış özelliklerimi, daha mütevazı ama hırslı bir psikoloji öğrencisi gibi görünmek için dikkatle şekillendirdim. Olabildiğince düzgün giyindim, dirseklerimde yıpranmış spor ceketimin ve yıpranmış kravatlarımın (beni üniversiteden askere alınmak ve Vietnam'a gönderilmek üzere atabilecek olan) profesörlüğü beni görmezden gelmeye ikna edeceğini umarak... kampüs faaliyetleri. Derslerimde ve seminerlerimde, profesörlerimin psişeye ilişkin dar görüşlü anlayışlarına ve tüm kapsamına sınırlı maruz kalmalarına karşı sürekli şaşkınlığımı sakladım.

Düşüncelerimin kibir ve cehaletten beslendiğini kabul edersek, çok küçük çocukları yetişkinlerin cinsel davranışlarına ilişkin teorilerini açıklarken dinliyormuşum gibi hissetmekten kendimi alamadım: çiş çubuğunuzu koyarak bebeklerin oluşması ne kadar da olası değildi. bu tür eylemlerin asla zevkli olamayacağını ya da kilitli yatak odalarında tüm o sesleri çıkarırken anne ve babasının yaptığı şey buydu. Görev bilinciyle notlar aldım, kitap okudum, makaleler yazdım (genellikle yeni bir ön sayfayla aynı kağıt) ve mümkün olduğunca harmanladım.

Kendi zamanımda, LSD ile deneyimlediğim daha büyük dünya zihnini anlamakta zorlandım. Antropoloji, Tibet Budizmi, mistisizm, değişmiş haller ve parapsikolojiyi geniş bir şekilde okuyarak ipuçları ve kısmi cevaplar bulmuştum.

Üçüncü yılımın ortasında, psychedelics'i güvenli ve destekleyici bir ortamda almanın kalıcı etkilerinin neler olduğunu öğrenmek istiyordum. Böyle bir araştırmayı bir teze dönüştürmek için üç öğretim üyesinin denetim kurulu olarak görev yapmasına ihtiyacım vardı. Şaşırtıcı bir şekilde, onları bulmak uzun bir süreç haline geldi, çünkü profesörler ardı ardına profesörler, saçma veya düpedüz tehlikeli bilimde yer almak istemediler.

Atılım, Amerikan Psikoloji Derneği'nin önde gelen isimlerinden, öğrenme teorisi üzerine önemli ders kitaplarının yazarı ve Stanford Hipnoz Laboratuvarı'nın kurucu direktörü olan Profesör Jack Hilgard ile ve nazik bir avanküler adamla yaptığı toplantıda geldi.

Machine Translated by Google

ve yetenekli bir dinleyici. İkimizde ceketli ve kravatlı, geniş, düzenli masasının karşıt taraflarında otururken, tezim için fikrimi ortaya koydum.

Profesör Hilgard, projemi sürdürürsem, akademik psikolojide gelecek yok.

"Dr. Hilgard," diye yanıtladım, "hipnozu incelemeye karar verdiğinizde, şu anda psychedelics'in olduğu gibi, tartışmalıydı. Kabul edilebilir bir çalışma alanı değildi. Bu şansı kariyerinizle kullandınız. Benimkiyle bir şans almaya hazırım." 11 5 Sanki hafızasına kapılmış gibi uzun, uzun bir süre arkasına yaslandı. Sonra sandalyesini öne doğru eğerek ellerini masaya yaydı ve bana baktı. "Komisyonunuzda olacağım."

Kabulü bana üçüncü üyemi verdi, itibarı ve itibarı bana diğer fakültelerden gelen herhangi bir onaylamama karşı koruma.

Komite başkanı, hayatımı değiştiren en büyük saykodelik deneyimimde bana rehberlik eden akıl hocam (ve bu kitaba katkıda bulunan bir yazar) Willis Harman'dı.

Diğer üye, korku dolu McCarthy döneminde sadakat yemini imzalamayı reddettiği için Berkeley'den kovulan Nevitt Sanford'du. Ne Hilgard ne de Sanford, psikedeliklerle ilgili araştırmama en ufak bir ilgi göstermedi, ancak ikisi de geçmişte güçlü, popüler olmayan tavırlar almış ve gerçek akademik özgürlüğü desteklemişti. Bu güne kadar onların desteğine minnettarım.

Psikoterapötik Fayda Nasıl Ölçülebilir?

Bu araştırmanın başlamasından birkaç yıl önce, yalnızca psikedelik terapinin etkililiğini değil, aynı zamanda terapi seansları sırasında hastalar tarafından üretilen materyalin her bir araştırmacı-terapistin teorik yönelimini doğruladığını tartışan küçük bir dizi makale vardı. hepsi bilincin doğası hakkında kökten farklı fikirlere sahipti. Karışık, Freudcu, Jungcu, davranışçı, varoluşçu,

ve her biri teorik kampında iyi durumda olan eklektik terapistler.

Machine Translated by Google

Farklı raporlarının bir nedeni, ya da bana öyle göründü, kendi zihinsel yapılarının sonuçları üzerindeki etkisini yetersiz kavramalarında yatıyordu.

Birkaç yıl boyunca birçok psychedelic seansında oturmaktan, deneyimin ilham verici ve olumlu olduğunu anladım. Daha önceki bir çalışmada, örneğin, yüzde 78'i denekler, deneyimi "başıma gelen en büyük şey" olarak nitelendirdi. 4 Göründüğü kadar etkileyici olsa da, bu tür ifadelerin potansiyel bir eleştirmeni tatmin etmeyeceğinin farkındaydım.

Hastaların terapiye fayda yükleme arzusu (hangi eleştiriyi okuduğuna bağlı olarak aktarım veya bilişsel uyumsuzluk olarak açıklanabilir) ya da terapinin katran bebeğine yakalanmadan haraçların önerdiği değişiklikleri nasıl ölçebiliriz? kişinin kendi teorik önyargısı?

Bir kez düşündüğümde ikilemden çıkış yolu açık görünüyordu. Psikedelik terapi görmüş bireylerin günlük yaşamlarındaki değişiklikleri ölçerdim. Şaşırtıcı bir şekilde, iyi finanse edilen, yıllarca süren, çok kurumlu çalışmalar da dahil olmak üzere, psikoterapinin etkinliğini değerlendiren hiç kimsenin sonraki davranışa bakmadığını gördüm. Hastanın davranışlarını ve görüşlerini görmezden gelmek için kabul edilen argümanı şaşırtıcı derecede inandırıcı bulmadım. Bir araştırmacı, en uzun ve en iyi bilinen çalışmaya katkısını açıklarken, "Eğer teori, yeniden düzenlemenin sözlü rapor veya davranışta doğrudan veya doğrudan yansıma ile veya olmadan gerçekleşebileceği ego gibi yapıları tanırsa, dinamik durumlar ve ego değişkenler, yalnızca kendilerinin kavrandıkları araçla değerlendirilebilir: klinik yargı." Bu bana tamamen saçmalık gibi göründüğünden, ilk etapta psychedelics çalışarak kariyerimi mahvetmekle kalmayıp, bunun için "doğru yolu" bile reddettiğimi fark ettim.

Yine de kendi yolumda ilerlemeyi bırakmadım. Bireylerle ve gruplarla çalıştığım Palo Alto Gaziler Hastanesi akıl koğuşunda, terapötik etkinliğin nihai testi, bir gazinin hastaneden ayrılıp sivil hayata yeniden canlanıp canlanmamasıydı. Bu bana mantıklı geldi.

Machine Translated by Google

Davranış Değişikliği Mülakatı (BCI) Geliştirme

Terapötik bir müdahaleden sonra değişebilecek günlük yaşam anlarını keşfetmeye başladım. Terapi personelinden, danışanlar tarafından bildirilen davranış değişikliklerinin yanı sıra, psikedeliklerle tanışmalarından bu yana kendi davranışlarındaki değişiklikleri not etmelerini istedim. Sonunda on dokuz kategoriye ayırdığım 433 giriş topladım.
Bir sonraki adım, her bir madde için cevapların çok basit bir şekilde puanlanıp sayılabileceği sorular oluşturmaktı.

Alfred Kinsey'in cinsel davranış üzerine ilk araştırmasını nasıl yürüttüğünü okudum. İnsanların şu ya da bu davranışı yapıp yapmadıkları sorulduğunda "Hayır" dediklerini, ancak soru farklı bir şekilde sorulduğunda bunu kabul edeceklerini buldu. Sorunun yapısında, davranışın gerçekleştiğini varsayan zorunlu bir format geliştirdi . Yani "Mastürbasyon yapıyor musun?" değildi. daha ziyade "Ne sıklıkla mastürbasyon yaparsın?" "Hiç bir hayvanla cinsel deneyiminiz oldu mu?" değildi. "Bir hayvanla ilk kez kaç yaşında cinsel deneyiminiz oldu?" İhtiyaçlarıma göre modifiye edilen bu yaklaşım benim için doğru olanıydı.

Bu nedenle, kişinin psikedelik deneyimden önce daha sık mı, daha az sıklıkta mı yoksa daha sık mı okuyor, çalışıyor, partilere gidiyor, rüya görüyor veya başka bir aktiviteye katılıp katılmadığını sorardım. Nadiren değişen veya puanlanması zor olan davranışları eledikten sonra, on sekiz kategoride 332 madde ile kaldım.

Davranış Değişikliği Görüşmesinin Uygulanması ve Puanlanması
Geliştirdiğim formda her sayfada bir kategori ve o kategorideki maddelerin bir listesi vardı. Her cevap daha fazla, daha az veya aynı olarak kaydedilebilir. Görüşmeyi yapanlar ek yorumları yazacaktır. Aşağıda, her biri farklı bir kategoriden birkaç soru bulunmaktadır.

- Daha sık veya daha az rüya görüyor musunuz?

Machine Translated by Google

• Eskisinden daha fazla mı yoksa daha az mı et
yiyorsunuz? • Daha fazla veya daha az televizyon mu
izliyorsunuz? • (Yalnızca çiftler) Kavga ettiğinizde, kavgalarınız daha çok mu yoksa daha az mı şiddetli?
önceki?
• Eskisinden daha fazla veya daha az bahçecilik yapıyor
musunuz? • Daha sık veya daha az sıklıkta ilişkiye giriyor
musunuz? • Bir dini hizmete daha sık mı yoksa daha az mı katılıyorsunuz?

Her sayfanın üstünde niteliksel bir özetin yer aldığı bir boşluk vardı.b
bu örnek gibi:

Dini faaliyetler	gelişmiş	aynı	daha kötüsü

Bu görüşmeci derecelendirmeleri için talimatlar şöyleydi: "Değişiklik, esnek, kendinin farkında olan bir uyarlanabilirlik yönünde ve gerçekçi olmayan katılığın aşırılığından uzak görünüyorsa, iyileştirilmiş olarak puanlanır." Bununla birlikte, hareketin 8 sterlinlik bir esneklik noktasından sorumsuz veya amaçsız davranışa doğru olduğu durumlarda, 'daha kötü' olarak puanlanır.
Geri çekilme -dini, sosyal, psikolojik veya politik- 'gelişmiş' olarak değerlendirilmemelidir. Ağırlıklı olarak fantezide veya tutumda gibi görünen değişiklikler 'aynı' olarak puanlanmalıdır. Herhangi bir kategoride şüphe varsa veya yeterli bilgiye sahip değilsem, 'yargılayamam' sözlerini yazdım." Pratikte, hemen hemen her durumda, değişimin yönünü puanlamak zor değildi.

Sonuçlar aşağıdaki tabloda özetlenmiştir. Her kategorideki değişen davranışı gözden geçirmek sıkıcı bir okuma yaptığından, bölümde bir özet bulunabilir.

Machine Translated by Google

TABLO 8.1. DAVRANIŞ DEĞİŞİKLİĞİ RÖPORTAJI7

Kategori	%75 + iyileştirilmiş	%60-75 iyileştirilmiş	%7-15 daha kötü	Erkek/Kadın Fark
rüyalar	•			
Yeme alışkanlıkları ve tercihleri			•	
Okuma ve dinleme alışkanlıkları	•			
Kişisel alışkanlıklar		•		
Malzeme değerleri	•			
Evlilik (48 konu)	•		•	
duygusal tepki	•			
Aile ilişkileri	•			
İş				
iç gözlem	•			
Sağlık		•	•	
Dini faaliyetler		•		
Kişiler arası bağlantılar	•			
Fiziksel aktiviteler				•
Yaratıcı aktiviteler				•
cinsel model		•		•
korkular		•	•	

Kategorilerin Tanımı ve Değişen Yüzde Katılımcıların yüzde
75'inden fazlası aşağıdaki kategorilerde gelişmiş olarak derecelendirildi.

- Rüyalar: Sıklık, hatırlama, kullanım ve rüyadan keyif alma dahil iyileştirmeler
  malzeme.

Machine Translated by Google

- Okuma ve dinleme alışkanlıkları: Televizyon, müzik, tiyatro ve okuma alışkanlıkları dahil edildi. Bir şeye dikkati dağıtmak yerine kendi iyiliği için katılmak gelişme olarak görülüyordu.

- Maddi değerler: Vurgu, gelir ve faydalardan çalışmanın kendisine kaymasıydı. statü ve tanınma için daha az ihtiyaç olduğu için gelişme olarak görülüyordu.
- Evlilik: Memnuniyet, iletişim, ortak ilgi alanları ve faaliyetler, kavgalar.
- Duygusal duyarlılık: Hem olumsuz hem de olumlu duygulara tahammül etme ve sergileme yeteneği ve kapasitesi ile ilgili maddeler. Benlik kavramı ve bağımlı veya bağımsız ilişkilerle ilgili diğer öğeler. • Aile ilişkileri: Bunlar, ebeveynler, kayınvalideler, kardeşler ve çocuklarla olan ilişkileri ve zaman ve ilgi alanlarını paylaşmayı içeriyordu. Çocuklarla ilgili maddeler, onlarla oynamak, onlara kitap okumak gibi etkinlikleri içeriyordu.

- İş: İşin miktarı, işin kolaylığı, çalışmak için harcanan zaman ve iş yerinde çeşitli ilişkiler.
- İçgözlem: Bireyin kendini gözlemleme yeteneği ve ttf 9 ile ilgili maddeler kişinin gözlemlerine dayalı olarak eylemlerini değiştirmek.
- Kişiler arası temaslar: Öğeler her türden arkadaşlık kalıplarını kapsıyordu.

Katılımcıların yüzde 60 ila 75'i aşağıdaki kategorilerde gelişmiş olarak derecelendirildi.

- Kişisel alışkanlıklar: Kişisel hijyen, ev işleri, satın alma alışkanlıkları ve uyku alışkanlıkları.
- Sağlık: Maddeler arasında egzersiz, yorgunluk, uykusuzluk ve ilaçlar yer alır. • Dini faaliyetler: Kiliseye katılım, dua ve dini konulara ilgiyi içeren öğeler. Artan dini faaliyetler gelişme olarak değerlendirilmedi

Machine Translated by Google

kişi daha dindar olsun ya da olmasın, daha olgun bir dini çerçevenin parçası gibi görünmedikçe.

- Cinsel örüntü: Cinselliğe ilgi ve zevk, cinsel ilişki, cinsel ilişki, ve mastürbasyon.
- Korkular: Düşme, böcekler, karanlık, izolasyon ve ölüm korkuları öğelerdir.

Katılımcıların yüzde 6'sından fazlası aşağıdaki kategorilerde daha kötü olarak derecelendirildi. (Her kategoriden sonraki rakam, her kategorideki konuların yüzdesidir.)

- Yeme alışkanlıkları ve tercihleri (yüzde 10): Diyet, yemek hazırlama, ve yemeğe ilgi. İstenmeyen kilo kaybı veya kazanımı daha kötü olarak değerlendirildi. •

Evlilik (yüzde 7): Yanıtlar, iki zor evliliği ve psikedelik deneyim ile görüşme arasındaki altı ayda evlenip boşanmış bir erkeği kapsıyordu.

- Sağlık (yüzde 13): Sağlıktaki tüm düşüşler önemsiz düzeydeydi; yorgunluk ve hazımsızlık en yaygındı. Biri hariç hepsi erkekti.
- Korkular (yüzde 10): Korkuların daha fazla farkında olduklarını bildiren katılımcılar daha kötü puan aldı. Bir denek, o kadar şiddetli bir araba kazası fobisi geliştirdi ki, taksi şoförü olarak işini bıraktı. Bu zorunlu kariyer değişikliğinin faydalı olup olmadığı belirsizliğini koruyor.

Aşağıdaki kategorilerde erkekler ve kadınlar arasında önemli farklılıklar bulundu.

- Fiziksel aktiviteler: Faktörler arasında yürüyüş, spor ve bahçe işleri yer almaktadır. üçte biri erkekler ve kadınların üçte ikisi iyileşmiş olarak derecelendirildi.
- Yaratıcı etkinlikler: Öğeler, çeşitli yaratıcı ifade türlerini kapsıyordu. Erkeklerin yarısından fazlası değişiklik göstermezken, kadınların üçte ikisi iyileşmiş olarak değerlendirildi.

Machine Translated by Google

• Cinsel model: Kadınların neredeyse iki katı erkek (yüzde 32'ye karşı yüzde 17) hiçbir değişiklik bildirmedi.

Sonuçlar

Davranış değişikliklerinin gerçek, gözlemlenebilir ve yaygın olduğu ve çoğu değişikliğin artan öz-değeri, azalan kaygıyı ve azalan yetersizlik duygularını yansıtan gelişmeler olduğu görülmektedir. Ayrıca denekler daha derin ve anlamlı ilişkiler kurdu.

Katılımcıların büyük çoğunluğu, terapinin hayatlarının en yoğun ve anlamlı deneyimleri arasında olduğunu bildirdi - bazıları aynı zamanda en zoru olduğunu söyledi.
Burada ve 21. bölümde açıklanan bulgular, tek bir belalı olayın kalıcı, sakatlayıcı bir etkisi olabileceği gibi, tek bir yoğun, elverişli deneyimin de kalıcı terapötik etkilere sahip olabileceğinin açık kanıtıdır.

Bu araştırma yapıldığında, sorulan bir soru, bu terapinin vuruş ortalamasının diğer terapilerle karşılaştırıldığında nasıl olduğuydu. Burada ve bağlantılı birkaç klinik makalede verilen cevap, özellikle kısa süresi ve değişikliklerin derinliği ve kapsamı göz önüne alındığında, terapilerin Babe Ruth'u olduğudur. Yeni bir araştırmacı dalgasının, "Şu veya bu grup için işe yarıyor mu (örneğin, aşırı kaygısı olan evre IV kanserli hastalar) gibi daha iyi sorular sorduğunu görmek cesaret verici. Sorulan bir başka soru da şudur: "Şu ya da bu durum için işe yarar mı (örneğin, küme baş ağrıları ya da travma sonrası stres bozukluğu)?"9

Ayrıca şu soru sorulmaya başlıyor: "Psikedelik bir seansta oturan veya ona rehberlik eden biri nasıl bir eğitim ve deneyime sahip olmalıdır?" Bu kitap, profesyonel olmayanlar için resmi olmayan ve şimdilik yasal olmayan ortamlarda bazı cevaplar vermeye çalışmaktadır. Yetkilendirilmiş çalışmalar için üretilen kılavuzlar da bulunmaktadır. Her iki tür bilgi de zararı azaltacak ve terapötik yararı teşvik edecektir. İkisi de çok gecikti.

Machine Translated by Google

•

GELİŞTİRİLMİŞ SORUN ÇÖZME

Odaklanmış Oturumlarda

Machine Translated by Google

Üçüncü Bölüme Giriş

> Crick ona [Dick Kemp] bazı Cambridge akademisyenlerinin LSD'yi, onları önyargılardan kurtarmak ve dehalarının özgürce yeni fikirlere yönelmesine izin vermek için bir düşünme aracı olarak çok küçük miktarlarda kullandığını söyledi. Crick ona çift sarmal şeklini algıladığını söyledi. LSD'deyken. '

Bilim adamları ve diğer profesyoneller tarafından gelişmiş problem çözme için psychedelics kullanımı, çok az şeyin bilindiği ve daha az yayınlandığı bir alandır. Aslında, bu amaçlar için alınan psychedelics'in, çoğu zaman, ana etkileri zihnin analitik ve rasyonel alanlarını atladığı veya bastırdığı için muhtemelen iyi sonuçlar veremeyecekleri iddia edilmiştir. Psikedelikler konusunda hatırı sayılır deneyime sahip olan okuyucular bile bu bölümde bu varsayımları çürüten kanıtlara şüpheyle bakabilirler. Bununla birlikte, set, ayar, doz, beklenti ve kolaylaştırma, bu maddelerin doğal itici gücü olduğu varsayılan şeyleri yeniden yönlendirebilir. Katılımcılar kendi entelektüel kaygılarına kapılmaya ikna edilebildiklerinde, kendilerini keşfetmeye veya kendini aşmaya kapılmazlar. Araştırma grubumuz bu alanı keşfetmeye başladığında, bunun doğru olup olmadığını bilmiyorduk. Bu nedenle, katılımcıların yalnızca saygın yaratıcılık testlerinde puanlarını artırmakla kalmayıp, daha da önemlisi, mesleki sorunlarda önemli ilerlemeler kaydettiklerinde ilk sonuçlar bizi çok mutlu etti.

Gelecek vaat eden bir araştırma dizisi, 6 Ekim 1966'da, ABD Gıda ve İlaç İdaresi, sonuçlarımızı yayınlamadan önce araştırmayı kapattığında, aniden kamuoyundan kayboldu. (Bölüm 14 , kapatmanın kişisel bir görünümüdür.)

Bilim camiasında bundan sonra olanlar, 3 sterlinlik psikoterapi ve manevi topluluklarda da oldu. Keşfetme ve keşfetme dürtüsü hükümet kontrolünden etkilenmez görünüyor. Bazı bilim adamları bunlarla deneyler yapmaya devam ettiler.

Machine Translated by Google

yayınlayamasalar da ya da birçokları için deneylerini meslektaşlarına bile açıklasalar da. Yıllar geçtikçe, bilim adamları, mühendisler, yazarlar, sanatçılar ve iş dünyası liderleri de dahil olmak üzere giderek daha fazla insan, psikedeliklerin keşiflerinde oynadığı önemli rolü kabul etti. Bununla birlikte, yerleşik inanç, yaratıcılığın "bilinç uyandıran" maddeler olarak kullanılan psikedeliklerle -büyütülmesine izin vermek şöyle dursun- kandırılamayacağı, engellenemeyeceği veya kontrol edilemeyeceğidir. Öte yandan, azimli genç entelektüeller arasında tercih edilen yeni ilaçlara Alderall gibi "bilişsel güçlendiriciler" deniyor. Başlangıçta öğrenme güçlüğü çeken kişilere okul görevlerine odaklanmalarına yardımcı olmak için reçete edilen bu ilaçlar, uyanık kalmak için etiket dışı kullanılıyor

daha uzun, daha istikrarlı çalışın ve daha başarılı olun.1

Ancak zaman zaman bu yeraltı kullanımının bir kısmı su yüzüne çıktı. New York Times için bir bilim muhabiri olan John Markoff, 1960'larda ve 1970'lerde kişisel bilgisayarın yaratılmasında psychedelics'in önemli etkisini belgeledi. Örneğin, Markoff, "[Steve Jobs], LSD almanın hayatında yaptığı en önemli iki veya üç şeyden biri olduğunu açıkladı" diye yazdı.

Nevada çölünde düzenlenen yıllık Burning Man Festivali'nde psychedelics'in çağdaş bir kullanımı belirgindir. Görülmek, basılmak, iskân edilmek ve/veya yok edilmek için yapılan yeni yapılar, en azından kısmen psychedelics tarafından beslenen canlı bir yaratıcılık sergisidir. 41P4 Burning Man'de sadece LSD al," dedi genç bir adam. Sadece orada deneyiminde hiçbir sınırlama olmadığını hissetti. Burning Man, her zamanki anlamda mahremiyet veya koruma olmadan, onun için en güvenli ve en destekleyici durumdu.

Bir "Burner", 3. bölümde açıklanan metodolojinin hem çekingen hem de kısıtlı olduğunu düşünebilse de, deneyimli bir rehber, güvenli ve güvenli bir ortam ve net niyetlerin faydalı çözümler üretmesi en muhtemeldir.

2001'de Fortune dergisi, Michael Schrage'ın Amerikan yasalarının erişemeyeceği bir adada, finans, hükümet, felsefe ve bilimdeki önemli isimlerin psikedelik oturumlar için bir araya geleceği bir sığınak hayal eden bir makale yayınladı.

Machine Translated by Google

en acil sorunları hakkında.' Bunu spekülatif bir fantezi olarak değerlendirdi, görünüşe göre böyle bir kurumun bir zamanlar var olduğundan ve makalede tahmin edilen türden sonuçların gerçekten gerçekleştiğinden habersizdi. Sonuçların ilk bildirildiği sırada, projenin genişletilmesi garantili görünüyordu. Rapordan alıntı yapmak gerekirse: "Çalışmanın etkilerinin, bu özel uygulamadan çok daha geniş olduğuna inanıyoruz. Gerçekten de, projeyi kurmanın altında yatan temel varsayım ve araştırma sırasındaki hiçbir gözlemimiz tarafından reddedilmedi, uygun koşullar verildiğinde, psychedelic ajanların zihinsel performansın herhangi bir yönünü operasyonel olarak daha etkili hale getirme anlamında geliştirmek için kullanılabileceğidir.Bu araştırma entelektüel ve sanatsal aktivite ile sınırlı olsa da, varsayımın herhangi bir şey için doğru olduğuna inanıyoruz. diğer zihinsel,

algısal veya duygusal süreç."1

Bu sonuçlar bugün de geçerliliğini koruyor.

Machine Translated by Google

Çığır Açan Araştırma

Yaratıcı Kapasitelerin Seçici İyileştirilmesi

WILLIS HARMAN, Ph.D. ve JAMES FADIMAN, Ph.D.

Bu bölüm, 1966'da ABD Gıda ve İlaç İdaresi'nin tüm psikedelik araştırmalara moratoryum ilan etmesiyle sona eren araştırmaları anlatmaktadır. Bir'den güncellenir

ilk olarak 1966'da Psychological Reports'ta yayınlanan makale.1

Psychedelic kimyasalların çağdaş kültürdeki yeri üzerine pek çok tartışmanın ortasında, şimdi sessizce bunların kullanımına ilişkin üçüncü bir araştırma aşamasına girmiş bulunuyoruz.

1960'lardan önceki ilk aşama, bu maddeleri tipik olarak psikotomimetik olarak tanımladı ve a priori akıl hastalığı modellerine dayanıyordu. Bu tür önyargıların bir öznenin deneyiminin içeriği ve sonraki etkileri üzerindeki etkilerini küçümseyen ve beklentilerin veya ortamın etkilerinin neredeyse tamamen farkında olmayan araştırmacılar, çeşitli şekillerde psychedelic kaynaklı durumların, onu kışkırtan bir ortamda verildiğinde akıl hastalığını taklit ettiğini bildirdi. Örneğin, kendini adamış bir Freudyen tarafından uygulandığında Freudyen teoriyi aydınlattı, uzun zamandır bir Jungcu tarafından uygulandığında Jungian arketiplerini uyandırdı, telkin edilebilirliği ve değiştirilebilirliği artırarak davranışçı terapinin ilkelerini bir davranışçıya kanıtladı ve tarafından verildiğinde varoluşçu yaklaşımın sağlamlığını gösterdi. bu teoriyle özdeşleşmiş biri. Tezimde yazdığım gibi, "Şaşırtıcı olan... tüm bu araştırmacıların, psikedelikleri kendi özel çerçevelerinde kullanmanın, bunu doğrulama eğiliminde olduğunu bulmuş olmalarıdır.

çerçeve."

Machine Translated by Google

Altmışlarda meydana gelen ve Humphry Osmond'un psychedelic neolojizminin benimsendiğini gören ikinci aşama, terapistin veya monitörün kavram ve yorumlarının etkisini en aza indirmek için bir seansın doğal seyrini sürdürmesine izin verdi. Araştırma, çeşitli psikoterapötik uygulamaların yanı sıra, şehvetli, felsefi ve aşkın hedeflere yönelik yaygın -çoğunlukla yasadışı- kullanıma yol açtı.

Bu deney ve klinik araştırmadan, büyük ölçüde düşündürücü kendiliğinden oluşumların bir sonucu olarak, elde edilen sonuçların seçici olarak farklı performans alanlarını geliştirdiği önerisi vardı. Böylece, bugüne kadar devam eden üçüncü aşama psychedelic araştırması başladı. İlk aşamada, katılımcının deneyimleri, istemeden de olsa, deneyi yapanın ve deneğin önyargıları tarafından kontrol edilme ve sınırlandırılma eğilimindeyken ve ikinci aşamada, daha kontrolsüz ve geniş kapsamlı olma eğilimindeyken, vurgu şimdi belirli psikedelik deneyim türlerinin ve bunları üretmenin ve sürdürmenin belirli yollarının seçimi.

Bilişsel gelişim üzerine bu deneyler, Demir Perde'nin her iki tarafında çeşitli ülkelerde devam etti. Bu çalışmanın çoğu, kullanımı düzenleyen mevcut yasalara aykırı olarak yapıldığından, sonuçlarla ilgili kamuya açık bilgiler yetersiz ve dağınık olmuştur.
Aşağıda, San Francisco Eyalet Üniversitesi'ndeki Psychedelic Research Enstitüsü tarafından desteklenen ve amacı yaratıcı problem çözme yeteneğini geliştirmek olan, üzerinde çalıştığım bir çalışmanın sonuçlarının gözden geçirilmesi yer alıyor.

Yaratıcı Problem Çözme Çalışmasının Arkasındaki Gerekçe

Psikedelik ajanların performans üzerindeki etkilerine ilişkin literatür, sonuçsuz veya çelişkilidir. Bazı çalışmalarda, uyuşturucu seansı sırasında öğrenme bozuldu, bazılarında ise geliştirildi. Benzer şekilde, renk algılama, hatırlama ve tanıma, ayırt etme, öğrenme, konsantrasyon, sembolik düşünme ve

algısal doğruluk.3

Machine Translated by Google

Bazı bozukluk durumlarında, ilaç psikotik performans bozukluğunu simüle etmek amacıyla bir stres etkeni olarak kullanılmıştır. İlaç deneyimi sırasında performans artışı, hem deneysel hem de klinik araştırmalarda düzensiz olarak rapor edilmiştir, ancak genel olarak psikotomimetik yönelimin baskın olduğu yerlerde bu rapor edilmemiştir.
İlaç deneyiminden sonra performansın arttığı iddia edilen araştırma

neredeyse tamamı klinik ortamlarda olmuştur. Yazarların klinik araştırmalardaki önceki deneyimleri1 bizi, psikedelik ajanları güvenli ve destekleyici bir ortamda kullanarak uzun vadeli performans artışı olasılığına fazlasıyla ikna etmişti. Kasıtlı olarak aranmasa da, uyuşturucu deneyiminin kendisi sırasında performansı geçici olarak artırmış gibi görünen çok sayıda spontane olay vardı.

12:

Bu gözlemler bizi şu varsayımda bulunmaya yöneltti:

- Herhangi bir insan işlevi daha etkin bir şekilde yerine getirilebilir. bizde çalışmıyoruz
  Tam kapasite.
- Psikedelikler, normalde bilinçli farkındalık için mevcut olanı sınırlayan sansürleri geçici olarak engelliyor gibi görünüyor. Katılımcılar, örneğin, renkli ve karmaşık görüntüler oluşturma, erken çocukluktaki unutulmuş deneyimleri hatırlama veya anlamlı sembolik sunumlar üretme gibi gizli bir yeteneği keşfedebilirler. Katılımcıları, yaratıcı problem çözme, manuel veya sözlü becerileri öğrenme, mantıksal veya matematiksel sembolleri manipüle etme, duyusal veya duyu dışı algı, hafıza ve hatırlama gibi diğer performans türlerinin gelişimini beklemeye yönlendirerek ve uygun hazırlık ve çevresel koşullar sağlayarak, zihinsel işleyişin istenen herhangi bir yönünü geliştirmek mümkün olabilir.

Aşağıdaki tablonun gösterdiği gibi, psychedelic deneyiminin yaygın olarak gözlemlenen özellikleri, performansın artırılabileceğini veya artırılamayacağını gösterir. Araştırmamızda, herhangi bir gelişmeyi engelleyebilecekleri en aza indirirken, işleyişi iyileştirme eğiliminde olan özellikleri en üst düzeye çıkaracak bir ortam sağlamaya çalıştık.

Machine Translated by Google

TABLO 9.1. PSİKEDELLİK DENEYİMİNİN BİLDİRİLEN BAZI ÖZELLİKLERİ

Yaratıcılığı Destekleme	Yaratıcılığı Engelleyen
Bilinçsiz verilere artan erişim	Mantıksal düşünce için azalan kapasite süreçler
Daha akıcı serbest çağrışım; örneğin hipotezler, metaforlar, paradokslar, dönüşümler, ilişkiler ile kendiliğinden oynama yeteneğinin artması	Bilinçli olarak yönlendirme yeteneğinin azalması konsantrasyon
Görsel imgeleme ve fantezi için yüksek yetenek	Hayali ve kavramsal kontrol edememe diziler
Gevşeme ve açıklık	Anksiyete ve ajitasyon
Yükseltilmiş duyusal girdiler	Kısıtlı sözlü ve görsel iletişim yetenekleri
Dış süreçler, nesneler ve insanlarla yüksek empati	Kişisel nitelikteki iç sorunlara odaklanma eğilimi
Artan estetik duyarlılık	Estetik deneyimleri ifade etme yeteneğinin azalması

Machine Translated by Google

Gelişmiş "gerçeklik duygusu"; içinden görme yeteneği	Halüsinasyonlara kapılma eğilimi 1 2 8 yanlış çözümler ve sahte veriler ve yanılsamalar
Azaltılmış inhibisyon; erken olumsuz yargı yoluyla kendi fikirlerini sansürleme eğiliminde azalma	En iyi çözüm bile önemsiz olarak reddedildi
Telkinle teşvik edilen yüksek motivasyon “Bu dünyevi” görevleri doğru bir set olarak görme eğilimi	önemsiz ve dolayısıyla küçük motivasyon

Birkaç nedenden dolayı yaratıcı problem çözmeye odaklanmayı seçtik. Bunlardan biri, psikedeliklerin herhangi bir şey için iyi olduğundan şüphe duyanlar için o noktada önemli bir değerlendirme olan bariz faydasıydı. Ayrıca, gözlemlediğimiz spontane olayların çoğu bu problem çözücü türdendi. Son olarak, yaratıcılık alanındaki kapsamlı araştırma faaliyeti, kullanılacak bir dizi nesnel önlem sağlamıştır. Çalışma üç soruya ışık tutmaya çalıştı:

- Psikedelik deneyim yaratıcı problem çözme yeteneğini geliştirebilir mi ve eğer öyleyse, İyileştirmenin somut kanıtı nedir?
- Bu geliştirme, aşağıdakiler tarafından değerlendirilebilen somut, geçerli ve uygulanabilir çözümlere yol açabilir mi? modern endüstrinin ve ana akım bilimin pragmatik kriterleri?
- Yaratıcı bireylerle çalışırken, psychedelic müdahaleden sonra yaratıcılığın devam ettiğini gösteren değişiklikler olacak mı?

Katılımcılar

Machine Translated by Google

Katılımcılar çeşitli mesleki mesleklerle uğraşan yirmi altı kişiydi: on altı mühendis, bir mühendis-fizikçi, iki matematikçi, iki mimar, bir psikolog, bir mobilya tasarımcısı, bir ticari sanatçı, bir satış müdürü ve bir personel müdürü. Araştırmanın yapıldığı sırada, üst düzey bilimsel pozisyonlarda çok az kadın vardı ve katılmak isteyen hiç kimse bulunamadı. Deneklerin on dokuzunun daha önce psychedelics ile deneyimi yoktu. Aşağıdaki kriterlere göre seçildiler:

- Katılımcının mesleği problem çözme becerisi gerektiriyordu. • Katılımcı, bir psikiyatrik görüşme ile belirlendiği üzere psikolojik olarak stabildi muayene.
- Katılımcı, mevcut istihdamı dahilinde çözümleri keşfetmeye, doğrulamaya ve uygulamaya motive edildi.

Dört kişilik altı grup ve üç kişilik bir grup, 9 £ 'dan birkaç gün önce akşam bir araya geldi. session.3 İzlenecek olayların sırası detaylı olarak anlatıldı. Bu ilk toplantıda, katılımcılar ve personel arasında her türlü endişeyi gidermeye ve yakınlık ve güven oluşturmaya çalıştık.

Katılımcılara, vizyonlar veya kişisel duygusal durumlar gibi dikkat dağıtıcı herhangi bir şey olursa çok az yaşayacakları ve deneyimin istendiği gibi yönlendirilebileceği konusunda güvence verildi.
Zihinsel esnekliğin nasıl geliştirilebileceğine dair öneriler verildi. Dahil olanlar şunlardı :

- Merkezi kişi, nesne ya da sürecin merkezindeki süreçle özdeşleşmeye çalışın. sorun. Sorunun bu açıdan nasıl göründüğüne bakın.
- Çözümü "görmeye" çalışın—çeşitli parçaların birlikte nasıl çalışabileceğini, nasıl belirli bir durum işe yarayacaktır.
- Çok sayıda olası çözüm, fikir ve veriyi hızla tarayın. "Doğru" çözüm, çoğu zaman bir tür sezgisel "bilme" ile ortaya çıkacaktır.

Machine Translated by Google

Cevap. Aynı zamanda, alışılmadık derecede çok sayıda fikrin veya veri sürecinin aynı anda farkında olabileceğinizi de göreceksiniz.

• Problemden geri adım atabilecek ve daha temel terimlerle yeni bir bakış açısıyla görebileceksiniz. Önceki denemelerinize göre çok daha az yatırım yaptığınız için, daha önce denenmiş yaklaşımları bırakıp yeniden başlayabileceksiniz. • Her şeyden önce, cevap istemekten çekinmeyin. Çözümü üç boyutlu bir görüntüde görmek ya da kendinizi zamanda ileriye yansıtmak ya da mikroskobik bir fiziksel süreci ya da fiziksel gözle görülemeyen bir şeyi görmek ya da geçmişten bir olayı yeniden deneyimlemek istiyorsanız, yap demek. Sormak. Sorularınızın, neyin yapılıp neyin yapılamayacağı konusundaki fikrinizle sınırlandırılmasına izin vermeyin.

Katılımcılara bir saatlik kalem-kağıt testleri verildi ve oturum sırasında benzer bir batarya alacakları söylendi. Üzerinde çalışılacak problemlerin amaca uygun olduğundan emin olmak için her katılımcıdan getirdiği problemin kısa bir özetini vermesi istenmiştir. [İlk iki oturum o kadar başarılıydı ki, sonraki grupların üyelerinden her birinin birkaç problem getirmeleri istendi.] Hazırlık toplantısının sonunda, katılımcılar genel olarak istekli ve rahattı. Onlara ne bekleyecekleri ve ortaya çıkabilecek zorluklarla nasıl başa çıkacakları konusunda net bir resim verilmişti.

Deneysel oturumun günü şu şekilde geçti:

8:30. Oturum odasına varış

9:00. Alınan psychedelic malzeme (200 miligram meskalin), 100'e eşdeğer mikrogram LSDb 9:00-12:00.

Gözler kapalıyken denekler rahatlarken müzik çalındı, 12:00-1:00.

Psikolojik testler

1:00-5:00. Katılımcılar saat 5:00-6:00 arası problemler üzerinde çalıştılar. Deneyimin tartışılması; çözümlerin gözden geçirilmesi

Machine Translated by Google

Bundan sonra katılımcılar evlerine götürüldü; uyumakta zorluk çekerlerse almaları için bir sakinleştirici verildi. Birçoğu gecenin yarısında uyanık kalmayı, günün erken saatlerinde keşfedilen içgörüler ve çözümler üzerinde çalışmayı tercih etti.

Sonraki hafta içinde, her denek kendi deneyiminin bir hesabını yazdı. Yaklaşık altı hafta sonra, deneklere, seansın etkilerinin devam eden yaratıcı yeteneklerini nasıl etkilediğine ve seans sırasında tasarlanan çözümlerin o sırada onlara ne kadar geçerli ve kabul edilebilir göründüğüne dair anketler verildi.

Sonuçlar: Öznel Raporlar

Yaratıcılık literatürü, yaratıcı deneyimin bileşenlerinin analitik tanımlarını, yaratıcı bireylerin kişisel özelliklerini ve yaratıcı çözümlerin ayırt edici özelliklerini içerir. Katılımcıların raporlarından, oturum sırasında meydana gelen on bir gelişmiş işlev türü çıkarmak mümkün olmuştur.5 (Bu yönlerin yaratıcılık üzerine mevcut araştırma ve teoriyle ilişkisiyle ilgilenenler, Harman, McKim'deki ayrıntılı teknik tartışmaya başvurabilirler. , ve diğerleri, 1966).

Bu yollar, denek raporlarından temsili alıntılarla birlikte aşağıdaki gibidir:

---

1. Düşük inhibisyon ve kaygı

"Korku yoktu, endişe yoktu, itibar ve rekabet duygusu yoktu, kıskançlık yoktu, hiçbiri yoktu. çalışmamda her zaman değişen derecelerde mevcut olan bu şeyler."

"Kişisel tehlike duygusu azaldı; artık tehdit altında hissetmiyorum ve itibarımın tehlikede olduğu hissi."

"Bu sorunları iyi bir şekilde ele almak iyi olsa da, ilerlemekte başarısız olmak tehdit edici olurdu. Ancak, ortaya çıktığı gibi, bu öğleden sonra ilerleme yolunda normal engeller yok gibiydi."

---

2. Sorunu daha geniş bir bağlamda yeniden yapılandırma kapasitesi

Machine Translated by Google

"[Psychedelic] malzemelerle aynı soruna baktığımda, bunu çok daha basit bir şekilde düşünebildim, çünkü çok daha geniş bir resim oluşturup aklımda tutabiliyordum."

"Aynı anda iki veya üç farklı fikri ele alabilir ve her birinin kaydını tutabilirim."

"Normalde, fayda sağlamak için daha birçok önemsiz noktayı gözden kaçırırdım, ancak ilaç altında zaman önemsiz görünüyordu. Yüzümde olası her şüpheli sorunla karşı karşıya kaldım."

"Başlangıçta en geniş genel temelden başlama yeteneği."

"Asıl soruna geri döndüm...

Sorun, daha önce kullandığım cihazlardan değil, bütünlüğünde."

3. Geliştirilmiş akıcılık ve fikir oluşturma esnekliği

"Fikirlerin akışına ayak uydurmak için hızlı, neredeyse ateşli bir şekilde çalışmaya başladım."

"Çizmeye başladım ...hislerim görüntülerime yetişemedi ...elim yeterince hızlı değildi ...gözlerim yeterince keskin değildi... Resmi kaydetmek için sabırsızdım (çizim olmadı) solmuş bir parçacık). Yapabileceğimi düşünmediğim bir hızda çalıştım."

"Fikirlerin ortaya çıkma kolaylığından çok etkilendim (sanki dünya fikirlerden oluşuyordu ve bu yüzden bir fikir elde etmek için dünyanın herhangi bir bölümünü incelemek yeterliydi). yaratıcılık, kendinizi sınırladığınız ve bir hedefiniz olduğu aktif bir süreçtir, bu nedenle hangi fikirlerin kümelenip ilişkilendirilebileceği konusunda bir odak vardır."

"Orijinal fikri tamamen reddettim ve grafik sorununa kökten farklı bir şekilde yaklaşmaya başladım. İşte o zaman her şey olmaya başladı. Aklıma her türlü farklı olasılık geldi..."

"Ve bu bol üretim dönemindeki duygu, sevinç ve coşku... Yapmanın, icat etmenin, yaratmanın ve oynamanın saf eğlencesiydi."

4. Görsel imgeleme ve fantezi için artırılmış kapasite "Hayali parçaları birbirine göre hareket ettirebildi."

Machine Translated by Google

"Fikri tetikleyen spesifik olmayan fanteziydi."

"Bir sonraki kavrayış, farklı renklerde parıldayan sedefli bir istiridye kabuğu görüntüsü olarak geldi. Bunu bir interferometre fikrine çevirdim - yansıtmak istenen dalga boyuna eşit bir boşlukla ayrılmış iki katman "

"Sorunu görselleştirmeye başladığım anda, bir olasılık hemen ortaya çıktı. Bu konseptle ilgili birkaç sorun oluştu ve bu da oldukça hızlı bir şekilde çözüldü gibi görünüyordu... Gerekli kesiti görselleştirmek anında oldu."

"Buralarda bir yerde, devrenin bir görüntüsünü görmeye başladım. Kapıların kendileri, çizgilerle birbirine bağlanmış küçük gümüş konilerdi. Devrenin adımlarını atmasını izledim..."

"Bir fotonun sahip olduğunu bildiğim tüm özellikleri görselleştirmeye başladım ve bir foton için bir model oluşturmaya çalıştım... Foton, birbirine geçmiş bir sarmal yörüngede birlikte hareket eden bir elektron ve bir pozitron bulutundan oluşuyordu.... Bu model, görselleştirme amacıyla uzayda vida benzeri bir şekilde yayılan siyah-beyaz bir topa indirgendi. Modeli bilinen her türlü testten geçirmeye devam ettim."

---

5. Konsantre olma yeteneğinin artması "Neredeyse tüm dikkat dağıtıcı etkileri kapatmayı başardı."

"Normalde bir sonuca varmak için bir düşünce trenini kolayca takip edebildim. birçok kez dikkati dağıldı."

"Çözüme doğru ilerleyebildiğim konsantrasyonun yoğunluğundan, gücünden ve coşkunluğundan etkilendim."

"Fotoiletkenlik sürecini düşündüm... Kendi kendime 'Işık nedir? ve ardından 'Foton nedir?' diye sormaya devam ettim. İkinci soruyu, her nefeste otomatik olarak eşzamanlı olarak söyleninceye kadar kendi kendime birkaç yüz kez tekrarladım. Muhtemelen hayatımda hiç bu soruyu yaptığım kadar yoğun bir şekilde kendime baskı yapmadım."

Machine Translated by Google

"Psikedelik ajan olmadan bu sorunun ne kadar sürebileceğini tahmin etmek zor, ama bu asla çözülemeyecek türden bir sorundu. oturum sırasında daha kolay com*?3 gibi görünüyordu ."

---

6. Dış süreçler ve nesnelerle artan empati "...sorunun kendi özündeki çözümüne doğru büyüyen canlı bir şey olduğu duygusu."

"İlk önce bir şekilde iğne olmayı ve oluğun içinde sektirilmeyi düşündüm."

"Retinama tırmanarak, etrafta dolaşarak ve görme mekanizmasıyla ilgili belirli sorunları düşünmek."

"Problemi bütünüyle kavrayabilme, çekincesiz olarak ona 'dalabilme' yeteneği, neredeyse sorun haline gelmek gibi."

"Onu çözmeye çalışan T'den ziyade sorunun kendisinin farkındalığı."

7. İnsanlarla daha yüksek empati "Grup performansının ... ince şekillerde etkilendiği de hissedildi. Bu, bir tür grup eyleminin her zaman devam ettiğinin kanıtı olabilir."

"Yalnızca aralıklarla müziğin farkına vardım. Bazen, diğer adamların onu dinlediğini hissettiğimde, onların dinlediğini hissetmek fiziksel bir duyguydu."

"Bazen aynı düşüncelere veya fikirlere sahip olduğumuzu bile hissettik."

8. Bilinçaltı verileri daha erişilebilir

"... termodinamikte aldığım bir kursu neredeyse tamamen hatırlamamı sağladı; yıllardır hiç düşünmediğim bir şey."

"Gençliğimin başlarındaydım ve gerçekten büyüdüğüm bahçelerde dolaşıyordum. çevremle ilgili tüm önceki duygularımı hissettim."

Machine Translated by Google

9. Farklı fikirlerin birliği

"Daha önce, gerekli donanım miktarını iki kat azaltan, iki millik gaz pedalı üzerinde huzme yönlendirmesi için bir düzenleme tasarlamıştım... İki hafta önce, bu planın huzmeyi farın içine yönlendireceği belirtilmişti. Seans sırasında şemaya baktım ve kendime iki faktörünü nasıl koruyacağımızı ama duvara sapmaktan nasıl kaçınacağımızı sordum.Yine bir ilham kıvılcımı, içinde "alternatif" kelimesini düşündüm. Bunu, kutupları sektör sektör değiştirerek mantıklı sonucuna kadar takip ettim, böylece yönlendirme önyargısı eklenmez, iptal edilir. Bu çözümden ve bana 4$'a gelme şeklinden son derece etkilendim ."

"İçgörülerin çoğu ilişkilendirme yoluyla gelir."

"Gelişme şekli nedeniyle dikkate değer olduğunu düşündüğüm son fikirdi. Bu fikir Wagner sırasında meydana gelen bir fantezinin sonucuydu... [Katılımcı daha önce Wagner'in 'Ride of the Valkyries'ini dinlemişti. '] Bunu somutlaştıran bir dize koydum... Daha sonra eskizlerimin önerdiği kolu yaptım ve tam da aradığım kaliteye sahipti.... Bu bitti."

10. Sonuca ulaşmak için artan motivasyon "Zarif bir çözüm (en az için en çok) elde etmek için muazzam bir arzu vardı."

"Olası çözümler ararken, sorunla ilgili bilinen tüm kısıtlamalar aynı anda uygulandı. Çıktısı istenenden sapamayan ve çıktıyı elde etme eğilimiyle girdisi sürekli olarak bozulan analog bir bilgisayar gibiydi."

"Neredeyse yaptığım şeyin 'mükemmellik derecesinin' farkındalığıydı."

"On dakika gibi görünen bir sürede, klasik bir çözüm olarak kabul ettiğim (ve hala düşündüğüm) şeyi elde ederek sorunu tamamladım."

11. Tamamlanan çözümü görselleştirme

Machine Translated by Google

"Üzerine çizeceğim kağıda baktım. Tamamen boştum. Üç yüz fit kare bir mülkle çalışacağımı biliyordum. Mülkiyet çizgilerini (bir inç ila kırk fit ölçeğinde) çizdim ve ben Ana hatlara baktım Boştum... Birden bitmiş projeyi gördüm [Proje sanat ve zanaat üzerine uzmanlaşmış bir alışveriş merkeziydi.] Birkaç hızlı hesaplama yaptım ...mülkün üzerine sığacaktı ve sadece ...maliyet ve gelir ihtiyacını karşılayacağını ...yeterli araba park edeceğini ...tüm ihtiyaçları karşıladığını... Kültürel mirasın zenginliği ile çağdaş bir mimariydi...tarih ve tecrübeyi kullandı ama yaptı kopyalamayın."

"İstediğim sonucu görselleştirdim ve ardından bu sonucu ortaya çıkarabilecek değişkenleri devreye soktum. Görsel (zihinsel) algım çok iyiydi; ne istendiğini, gerekli olduğunu ya da mümkün olmadığını neredeyse hiç çaba harcamadan hayal edebiliyordum. Şaşırdım. 35'te idealizm , görsel algım ve çalışma hızım."

Sonuçlar: Öznel Derecelendirmeler

Yukarıda bahsedildiği gibi, deney oturumundan birkaç hafta sonra tüm katılımcılardan kısa bir anket doldurmaları istendi. Deneyimlerini, gelişmiş işlevsellik ile ilgili dokuz özelliğe göre derecelendirdiler. Maddeler, "Belirgin İyileştirme" (+2) ile "Değişiklik Yok" (0) ile "Belirgin Bozukluk" (-2) arasında beş puanlık bir ölçekte derecelendirildi.

Tablo 9.2'deki veriler hem sözlü hem de

sözel olmayan beceriler.

Machine Translated by Google

TABLO 9.2. GELİŞTİRİLMİŞ İLE İLGİLİ FAKTÖRLERİN ORTALAMA ÖZEL DEĞERLENDİRMELERİ*

	İŞLEV	
Faktörler	Kastetmek Puan	Standart Sapma
1. Savunmaların azaltılması, ketlenmelerin ve kaygının azaltılması	+ 1.7	0.64
2. Sorunu en geniş haliyle görebilme şartlar	+ 1.4	0,58
3. Geliştirilmiş fikir akıcılığı	+ 1.6	0.69
4. Görsel imgeleme ve fantezi için artırılmış kapasite	+ 1.0	0,72
5. Artan konsantre olma yeteneği	+ 1.2	1.03
6. Dış süreçler ve nesnelerle yüksek empati	+0.8	0.97
7. Diğer insanlarla artan empati	+ 1.4	0.81
8. Bilinçdışından gelen verilere daha erişilebilir	+0.8	0.87
9. Doğru çözümün ne zaman ortaya çıktığını bilme duygusu	+ 1.0	0.70

*Tüm derecelendirmeler, oturum sırasındaki davranışları ifade eder.

Sonuçlar: Yaratıcılık Testleri

Kullanılan bazı ölçütlere ilişkin test-tekrar test puanları, ön toplantıdan psikedelik seansa kadar dramatik değişiklikler gösterdi. En belirgin olanı, kalıpları tanıma, görsel dikkat dağınıklıklarını en aza indirme ve izole etme ve form ve renk değişikliklerine rağmen görsel hafızayı sürdürme becerileriydi. Kullanılan özel testler arasında Purdue Yaratıcılık Testi,

Machine Translated by Google

Miller Nesne Görselleştirme Testi ve Witkin Gömülü Figürler Testi. Witken'deki puanların, stres, eğitim, duyusal izolasyon, hipnoz ve çeşitli çeşitli deneysel müdahaleler dahil olmak üzere çeşitli deneysel müdahaleler altında sabit olduğu rapor edilmiştir.

g

ilaçlar. Bu yirmi yedi denek oturumu ile geliştirme tutarlıydı ($p < .01$),

ve bazı durumlarda iyileştirmeler yüzde 200 kadar büyüktü.7

Uzun Vadeli Sonuçlar

Elde edilen çözümlerin pratik değeri, öznel başarı raporlarının geçici bir coşku olup olmadığını belirlemenin bir yoludur. Bu çözümlerin doğası, aşağıdakileri içeren geniş bir yelpazeyi kapsıyordu:

• Titreşimli bir mikrotom tasarımına yeni bir yaklaşım • Müşteri tarafından kabul edilen ticari bir bina tasarımı • Güneş özelliklerini ölçmek için tasarlanmış uzay sondası deneyleri • Lineer elektron hızlandırıcı ışın yönlendirme cihazı tasarımı • Manyetik bantta mühendislik geliştirmesi kaydedici • Üretici tarafından modellenen ve kabul edilen bir sandalye tasarımı • Müşteri tarafından onaylanan bir antetli tasarım • NOR kapısı devreleriyle ilgili bir matematik teoremi • Bir mobilya hattı tasarımının tamamlanması • Faydalı olduğu bulunan bir fotonun yeni bir kavramsal modeli • A müşteri tarafından onaylanan özel konut tasarımı

13 ve

Tablo 9.3, deneklerin endüstriyel ve akademik ortamlarında çözümlerin uygulanmasının ilk sonuçlarını özetlemektedir. (Bu veriler, oturumdan altı ila sekiz hafta sonra anketler ve takip görüşmeleriyle elde edildi.)

TABLO 9.3. DENEYSEL OTURUMLARDA ELDE EDİLEN ÇÖZÜMLERİN UYGULANMASI

Machine Translated by Google

Soruşturma için yeni yollar açıldı	20
Çalışma modeli tamamlandı	2
Çözümü test etmek için geliştirme modeli yetkili	
İnşaat veya üretim için kabul edilen çözüm	6
Daha fazla geliştirilmekte veya uygulanmakta olan kısmi çözümler	10
Oturumdan bu yana başka etkinlik yok	
Çözüm bulunamadı	4
Toplam problem girişimi (birçok denek birden fazla problem denedi)	44

Bir takip raporundan bir alıntı, oturum günü çözümlerinin yararlılığını ve geçerliliğini göstermektedir: "İyonosferik kaynak konumu ve katman eğim analizi alanında, oturumu takip eden haftalarda, oluşturulan fikirlerin üzerine inşa edebildim. Önerilen şemaların matematiğini çözme ve daha kesin hale getirme derecesi Oturumda atılan adımlar, başlamak için doğru olanlardı ... oturumda ele alınan ve geliştirilen fikirler önemli adımlar olarak görünüyor ve dönem Seanstan önceki veya sonraki birkaç ay içinde bu sorun üzerinde yaptığım en verimli çalışma dönemiydi."

Takip görüşmelerindeki birçok denek, çalışma davranışlarında, seans sırasında deneyimlenen gelişmeyle tutarlı olarak değişiklikler bildirdi. Tablo 9.4, oturumdan birkaç ay sonra iş etkinliğindeki değişikliklerle ilgili bir ankete verilen yanıtları özetlemektedir.

Machine Translated by Google

TABLO 9.4. OTURUMDAN BERİ İŞ PERFORMANSI

(On Altı Katılımcı)

Anahtar : -2 = belirgin bozulma; - I = önemli bozulma; 0 = değişiklik yok;
+ 1 = önemli geliştirme; +2 = belirgin geliştirme

	-2	-1	0	+ 1	+2
Sorunları çözme yeteneği	0	0	8	8	0
Başkalarıyla etkili bir şekilde ilişki kurma yeteneği	0	0	8	5	3
İşe karşı tutum	0	0	7	8	1
üretkenlik	0	0	9	5	2
İletişim kurma yeteneği	0	0	10	5	1
Basınca tepki	0	0	7	8	1

Görülebileceği gibi, ankete katılanların yaklaşık yarısı, deneysel oturumdan birkaç ay sonra performans seviyelerinde bir miktar değişiklik fark etmeye devam etti. Bu sonuçlar, uygulanan nispeten düşük doz ve bu nitelikteki sürekli değişikliklerin beklenmediğine dair hiçbir öneride bulunulmadığı göz önüne alındığında özellikle ilginçtir?7 Katılımcılar, artan performans seviyelerini ve yüksek derecede motivasyonu tahmin etmeye yönlendirildi. Bütün bunlar korunaklı ve kritik olmayan bir atmosferde gerçekleşti, ancak uzun vadeli performans değişiklikleri veya kalıcı fayda bekleyebileceklerine dair bir öneri yoktu.

Yine de bu tür bir değişikliğin belirli bir miktarı gerçekleşmiş gibi görünüyor.

Bir çıkarım açıktır: Uzun vadeli etkileri olan maddeler ve deneylerle uğraşıyoruz; bu tür araştırmalara, deneklerin yaşamlarının dokusundan izole edilmiş gibi davranmak gözüpeklik ve sorumsuzluk olur. Ayrıca tek bir deneğin normal çalışma hayatında herhangi bir ilgi veya kapasite kaybına uğramamış olması keskin bir şekilde ortadadır.

Machine Translated by Google

Bir psychedelic almanın motivasyonun azalmasına ve kültürel veya bilimsel arayışlara katılmaya yol açacağına dair popüler ve tıbbi literatürde hala ifade edilen korkularla çelişiyor.

Takip et

Bu orijinal çalışmadaki katılımcıların birçoğu ile yakın zamanda temasa geçildi ve emeklilik yaşları çok geçmiş olmasına rağmen, seçtikleri alanlarda serbest meslek sahibiydiler ve son derece başarılıydılar.

Yorumlar ve Spekülasyonlar

Zihinsel işleyişin bu şaşırtıcı biyokimyasal kolaylaştırma alanında çift kör plasebo çalışmaları da dahil olmak üzere kontrollü hipotez testlerine duyulan ihtiyaç yaygın bir savunmadır ve haklı olarak da öyledir. Ancak, kavramsal modelleri ve hipotez inşasını hedefleyen keşifsel araştırmalara devam etmek için de eşit bir ihtiyaç vardır. Yukarıda açıklanan araştırmada, katılımcıların üçte ikisi daha önce psikedelik deneyime sahip değildi. Eğitimsiz konuları kullanmanın açık metodolojik erdemleri olsa da, temel soru farmakolojik etki değil de belirli zihinsel yeteneklerin ne ölçüde kolaylaştırılabileceği olduğunda, bir kişinin deneyimi ne kadar büyükse, öğrenme olasılığımız o kadar artar. Bu nedenle, aynı konunun bir dizi oturuma sahip olması daha ileri araştırmalarda fayda sağlayabilir.

Katılımcıların seçimiyle ilgili olarak, klinik araştırmalar, önceden daha istikrarlı ve üretken olan deneklerin, "kendini gerçekleştirme, daha zengin yaratıcı deneyim, bir #8 çizgisinde psychedelic deneyimden önemli ölçüde yararlanma eğiliminde olduğunu göstermektedir.

özel yetenek ve yeteneklerin geliştirilmesi." Bu çalışma için seçilen deneklerin yaratıcı olduğu biliniyordu. Genel olarak, bu tür psychedelic seanslarının üstün zekalı bireylerle daha verimli olmasını beklerdik.

Machine Translated by Google

Diğer araştırmacıların raporlarının aksine, deneklerin psikolojik testler üzerinde çalışmasını sağlamakta çok az zorluk yaşadık. Birçok çalışma, psychedelics'in yüksek kortikal süreçler üzerinde geçici bir zayıflatıcı etkisine işaret ediyor gibi görünüyor. Bu tür çalışmalarda sonuçları etkileyen değişkenlerin yeteneğe olduğu kadar tutum ve motivasyona da dikkat etmesi gerekiyor gibi görünüyor. Bunu hazırlık toplantısında deneklerle tartışmanın, deney oturumunda testleri anlamsız olarak görmezden gelme veya rahatsız edici olarak onlara direnme eğilimini ortadan kaldırdığını gördük. İyileştirilmiş performans beklentisi oluşturarak, bunu gerçekleştiriyor gibiydik.

Bu bulgular, ek araştırmalarla doğrulanırsa, endüstride, profesyonel uygulamalarda ve araştırmalarda bariz uygulamalara sahiptir. Prosedür, danışmanlar, beyin fırtınası, Synectics ve yaratıcı süreci güçlendirmek ve "çıkarmak" için kullanılan diğer yöntemlere benzer bir rol oynayabilir. Konumuzun raporlarından birinden yapılan alıntı bu potansiyeli göstermektedir: "Eski düşünce tarzımı bırakıp yeni bir denemeye karar verdim. Bu kolay işten çıkarma ve unutmanın 'gizemi' beni öğleden sonraya kadar etkilemedi, çünkü Bu seanstan önce birçok kez bu düşünce tarzına daldım ve her şeyi hava geçirmez bir çıkmaza sokmayı başardım ve bu çıkmazı kırmayı, hatta reddetmeyi başaramamıştım.Mucize şu ki, bu kadar kolay ve doğaldı. "

Ek bir uygulama, halihazırda etkin olan personelin performans düzeyini yükseltmek için doğru şekilde uygulanan psikedeliklerin kullanımı olacaktır. Tahminimize göre tüm sonuçlardan en önemlisi, insan zihninin daha yüksek süreçleri hakkında kazanılan yeni bilgiler, yeni ve daha üretken araştırma sorularının çerçevelenmesi ve ne olabileceğimize dair anlayışımız üzerindeki etkisi olmuştur. ve ne kadar büyük potansiyellerden henüz yeni yararlanmaya başladığımız.

Machine Translated by Google

10

GELİŞMİŞ SORUN İÇİN KOLAYLAŞTIRMA ÇÖZME

Aşağıdaki materyal, 1, 2 ve 19. bölümlerde ayrıntılı olarak açıklanan entheojenik kullanımlar için talimatlar ve düşünceler kadar ayrıntılı değildir. Buradaki materyal, yine de psychedelics kullanacak olan kişiler için mevcut olan bilgilerdeki bir boşluğu doldurmak için tasarlanmıştır. Burada tam yönergeler uygun değildir. Hiç kimse bunu okumanın kendisini benzer bir grup etkinliğini kolaylaştırmaya hak ettiğini düşünmemelidir. Hükümet tarafından LSD'yi yaratıcılık için kullanma izni olan bir grup, aşağıda özetlenen yaklaşımı düşünüyor; ancak, devam etmeden önce danışma ve eğitime ihtiyaçları olacağını anlıyorlar.

[İzleme notu: Çalışmalarını bir ilacı test ediyormuş gibi yürütmeyi seçtiler, bunu bir laboratuvar ortamında yaptılar, deneklere deneyimleri sırasında bir test bataryası verdiler ve o kadar ilginç olmayan sonuçlar aldılar ki yayınlamamayı seçtiler.]

Önceki bölümde açıklandığı gibi yaratıcı buluşlar için düşük doz psikedelikler kullanmanın faydalarını en üst düzeye çıkarmak için aşağıdaki altı alan önemlidir.

Set: beklentiler ve oturum öncesi toplantılar
Ayar: fiziksel atmosfer
Madde: tür ve doz
Bakıcı: kolaylaştırıcı Oturum: kolaylaştırıcı ile geçirilen zaman
Destek: oturum sonrası çalışma ortamı

Machine Translated by Google

Yukarıdaki faktörlerin tümü önemli olmakla birlikte, problem çözme için en kritik olan kümedir.
Psikedelikler başka amaçlar için alındığında, insanlar içsel karmaşıklığa, görsel ve duyusal iyileştirmelere ve çarpıtmalara ve duygusal yoğunluğa yönelirler.
Katılımcıların kendi entelektüel problemlerinde önemli ilerlemeler elde etmelerine yardımcı olmak için seti oluşturmak, bilinçli ve düzenli bir ortam gerektirir.

İlk ve belki de belirleyici soru şudur: Katılımcı probleme, araştırma alanına veya entelektüel meseleye kendini kaptırmak için yeterince önem veriyor mu ve duygusal olarak dahil mi? Kriterlerden biri, kişinin çözümüne veya çözümüne yönelik önemli ölçüde çaba gösterip göstermediğini belirlemektir. Sorun ne kadar önemliyse , oturumun başarılı olma olasılığı 4 0 o kadar yüksektir.

Sorunla o kadar ilgili olan ki, çözümü kendi esenlikleri için hayati önem taşıyan insanların başarılı olma olasılığı daha yüksektir. Mesele onları memnun etmek veya onlara eziyet etmek olabilir. Her iki durumda da, onu çözmek derinden önemlidir. Kişi rasyonel düşünceye fazla âşık olmamalıdır. En azından -kendi deneyimleriyle olmasa bile- aklın birçok araçtan yalnızca biri olduğunu anlamaları gerekir.

Niyet zayıfsa, kişiye bu tür odaklanmış deneyimlerin şu anda doğru olmadığı söylenmelidir. Gerekli motivasyona sahipse, takip eden soru şudur: Daha önce psychedelic deneyimleri oldu mu?

Orijinal araştırmamız sırasında, on ila otuz yıllık kariyerleri olan ve yorgunluk, kahve veya alkolün neden olduğu bir durumdan daha zorlayıcı bir duruma hiç gelmemiş birçok bilim insanı bulmak zor değildi. Bugün, bilim adamları ve diğer profesyonellerin, rehberlikle ilgili çok az veya hiç deneyim olmasa bile, daha önce psikedeliklerle ilgili deneyimleri olması daha olasıdır. Bu değişikliğin olumlu yanı, bir kolaylaştırıcının oturumun dinamiklerini, özellikle de oturumun çalışma saatlerinde seçilen bir projede nasıl kalınacağını daha kolay açıklayabilmesidir.

Kolaylaştırıcı, yaratıcı problem çözmeyi engelleyen veya destekleyen 9. bölümde ayrıntılı olarak açıklanan faktörlere aşina olmalı , "İlahi doğama dokunursam ve onunla kalmak istersem sorunlarıma odaklanabilir miyim? o?" A

Machine Translated by Google

olası cevap, belki de katılımcının ilahi doğasının onu problemler üzerinde ilerleme kaydetmesi için psikedeliklere getirdiği olabilir.

Katılımcılar önemli ölçüde psikedelik deneyime sahiplerse, kolaylaştırıcı, katılımcıların kişisel kaygılardan ziyade profesyonel ilgi üzerinde sürekli dikkatlerini sürdürebileceklerinin altını çizmek için bu ve önceki oturumlar arasındaki farkı belirlemelidir.

Oturum Öncesi Toplantılar
Oturum öncesi toplantıların amaçları:

- Hırsızlığın41 uygunluğunu değerlendirmenin yanı sıra üzerinde çalışılacak sorunlara odaklanmayı yoğunlaştırmak . Seansın kendisinde, "aha" deneyimi erken gelebilir ve çözümün geri kalanının sıradan bilinçte çözülebileceği açık hale gelir. İkinci bir problem ve üçüncü bir problem hazır olmalıdır.

- Bir grupla çalışırken, grup üyelerini birbirleriyle ve birbirlerinin amaçlarıyla tanıştırmak, birbirlerine yardım edebilmeleri için değil, herkes için yakınlığı geliştirmek. Seans boyunca sürdürülen dinlenme sabah saatlerinde uyum sağlamak zor olmadı.

- Katılımcılara, deneyimlerinin orijinal düşüncelerin ortaya çıkmasından ziyade bir keşif ve doğrulama olabileceğini bilmelerini sağlamak. Halihazırda bir sorunla boğuşmuş ve bu tür bir sorunu çözmek için uzmanlığa, teknik altyapıya, kelime dağarcığına ve deneyime sahip biri, bir çözüm ortaya çıktığında gerekli tüm unsurlara sahip olduğunu fark edebilir.

- "Doğruluk" duygusunu açıklamak. Psikedelikler olmadan bile başarılı grup problem çözme seanslarıyla ilgili deneyim, katılımcıların genellikle "doğru yolda" olma konusunda keskin bir farkındalığa sahip olduklarını gösterir. Bu duygu, net bir çözüm fikrine sahip olmadan çok önce ortaya çıkar. Bir haklılık, "oyuğa girme", "akışa devam etme" hissi vardır. Bazen grup ya da grup gibi yaşanır.

Machine Translated by Google

bireysel zihin, cevapların saklandığı bilinç katmanlarına nüfuz etmiştir.

Ön toplantıların bir diğer amacı, olağanüstü bir fırsat beklentisiyle zevk ve heyecan yaratmaktır. Kolaylaştırıcılar, 11. ve 13. bölümlerde açıklanan başarıların yanı sıra, örneğin Francis Crick'in LSD kullanırken DNA yapısını keşfetmesine aşina olmalıdır .

Bir veya daha fazla ön toplantı ile oturumun kendisi sorunsuz çalışmalıdır. Bir grubun herhangi bir üyesinin sorunlardan uzaklaşma olasılığı çok düşüktür ve her durumda, bu olursa, diğerlerini rahatsız etmemelidir.

Katılımcı Sayısı Bireysel
başarı seviyesini düşürmeden en fazla dört kişi konaklayabilir.
Herhangi bir grup oturumu için en az iki kolaylaştırıcı bulunmalıdır. Daha büyük gruplar, ancak yeterli kolaylaştırıcılar ve bireylerin isterlerse gruptan uzakta çalışabilmeleri için yeterli alan varsa barındırılabilir. Ancak grup ne kadar büyük olursa, tek bir katılımcının genel tonu bozması o kadar olasıdır.

14:

Ayar

En iyi fiziksel ortam muhtemelen grubun her bir üyesinin uzanması için yeterli zemin veya kanepe alanına sahip bir oturma odasıdır. Ortam rahat olmalı, tıbbi ve laboratuvar imaları olmamalıdır. Katılımcıların not almasına veya eskiz yapmasına yardımcı olacak sıralar veya kucak masaları faydalı olabilir. Bilgisayar, cep telefonu vs. yok. Sadece bir katılımcı varsa ses kaydı yapılabilir. Ancak birçok katılımcı için düşündükleri hakkında konuşmak yaratıcı düşünceyi yavaşlatıyor ve kısıtlıyor gibi görünüyor. En analitik tipler bile genellikle kendilerini görsel olaylarla, problemlerinin mecazi temsilleriyle veya fiziksel nesnelerin vizyonlarıyla çalışırken bulurlar; bunların hepsi, gözlemlediklerini kaydedebileceklerinden daha hızlı manipüle edebilirler.

Machine Translated by Google

Madde

Bu bölüm LSD kullanımı ile ilgili olmakla birlikte, belirtildiği gibi, meskalin ve sabah zafer tohumları ile psilosibin ve psilosibin içeren mantarlar aynı ailedendir, ancak her biri farklı bir aktif moleküle sahiptir ve buna göre dozlanmalıdır.

Orijinal çalışmamızda meskalin ve LSD'yi, hangi devlet kurumunun tesisimizde hangi ilaçla ilgili bir araştırma veya denetim yürüttüğüne bağlı olarak, birbirinin yerine kullanmıştır. İlk araştırmalarımızda meskalin kullanılmasının sonuçlar üzerinde hiçbir etkisi yoktu. Diğer deneyler (araştırma yasağından sonra yapıldığı için yayınlanmadı) LSD'nin eşit derecede etkili olduğunu gösterdi. Sabah zafer tohumları, bazı kişilerde mide bulantısına neden olabileceğinden son seçimdir.

Dozaj

Daha önce deneyimi olmayan ancak yeterince motive olmuş katılımcılar için 100 mikrogram LSD optimal dozdur. Önemli bir fiyat¥3 deneyimi olan katılımcılar için 50 mikrogram muhtemelen yeterlidir. Bir katılımcı endişeli değilse, ancak rahatsız hissediyorsa veya müziğe odaklanamıyor ve rahatlayamıyorsa, ilk dozdan bir saat kadar sonra 50 mikrogram daha verilebilir.

Oturma

Oturum yöneticisi, terimin şimdiye kadar bu kitapta kullanılmış olması anlamında bir rehber değil, bir kolaylaştırıcıdır. Güvenilir ve bilgili olmak ve bir oturumu yürütebilmek için, bir kolaylaştırıcı bir bilim adamı veya mühendis olabilir, bazı genel psychedelic deneyime sahip olmalı ve yaratıcı problem çözmeye ayrılmış bir veya daha fazla oturuma katılmış olmalıdır. Kolaylaştırıcı olacak herkes, grubun herhangi bir oturum öncesi toplantısında da bulunmalıdır.

Kolaylaştırıcının sorumluluğu grubun odaklanmasını sağlamaktır. Sabah bir katılımcı ağlıyorsa veya ajite oluyorsa, kolaylaştırıcı elini veya elini tutarak kişiyi rahatlatabilir.

Machine Translated by Google

ancak mümkünse yaşananları tartışmamalı veya yorumlamamalıdır. Amaç, katılımcının dikkatli bir rahatlama durumuna geri dönmesine yardımcı olmaktır.

Kutsal ve psikoterapötik seanslarda olduğu gibi, katılımcılar farklı stratejiler kullanarak farklı problemler üzerinde çalışacakları için, kolaylaştırıcı bir rehber olarak hareket etmek yerine insanların kendilerini güvende ve önemsendiklerini hissettirmek ve ortaya çıkan herhangi bir endişe veya kafa karışıklığı ile başa çıkmak için hazır bulunur.

Oturum

LSD etkileri fark edilmeye başladığında, katılımcılar uzanmaya, siper takmaya ve müzik dinlemeye teşvik edilmelidir. Müziğin türü önceden kararlaştırılmalıdır.
Solo enstrümanlar iyidir; Bach veya Hint ragaları iyidir. Aşırı duygusal müzik ve vokal müzikten kaçınılmalıdır. Katılımcıların üç saate kadar veya oturmaya, sabah yolculukları hakkında düşünmeye veya seçtikleri sorunlara dönmeye ilgi gösterene kadar müzik dinleyerek sessizce yatmalarına izin verilmelidir.

Öğle yemeği için hazır yiyecekler ve öğleden sonra boyunca atıştırmalıklar mevcut olmalıdır. Öğle yemeği molası gerekli değildir çünkü birçok katılımcının yemekte intereSf4'ü olmayacaktır . Ancak kolaylaştırıcılar, herhangi bir açlık hissi katılımcılar tarafından alınabileceği ve olası bir oyalama olabileceği için bir şeyler yemelidir.

İnsanlar oturup siperliklerini çıkardıklarında, kendilerine yeniden ifade edilmesi gerekebilecek sorunları üzerinde çalışma zamanının geldiği hatırlatılmalıdır. Bir katılımcı tarafından talep edilmedikçe daha fazla müzik olmamalıdır. İstenirse çok düşük bir hacimde tutulmalıdır.

Katılımcılar oturmayı veya uzanmayı, gözleri kapalı veya açık çalışmayı veya notlar veya eskizler yapmayı seçebilirler. Her insan kendi yolunu bulur. Önümüzdeki birkaç saat için kolaylaştırıcının işi, iyi bir havayolu görevlisinin veya dört yıldızlı bir restoranda garsonunki gibi olacaktır: katılımcıların ihtiyaçlarına özen gösterir, ancak rahatsız edici değildir. Bazı katılımcılar kağıt, kalem veya diğer yardımcı malzemeleri isteyebilir, atıştırmalık isteyebilir veya kolaylaştırıcıdan not almasını isteyebilir.

Machine Translated by Google

bir fikir. Diğerleri izinsiz girmek istemeyecektir. Konuşmayı caydırın. İnsanlara kendi projeleri üzerinde çalışmak için orada olduklarını hatırlatın.

Birkaç saat sonra, bazı katılımcılar işaretlemeye başlayabilir. O dersin bitmesini isteyen çocuklar gibi davranabilirler. Bu olursa, ara vermeye ihtiyaçları olup olmadığını veya gerçekten bitmiş hissedip hissetmediklerini kontrol edin. Bir katılımcının rahatlayabileceği, bir kolaylaştırıcıyla konuşabileceği veya kendi başına olabileceği başka bir odaya erişimin olması faydalı olabilir. Birisi yürüyüş yapmak isterse, o kişiye eşlik etmelidir.

On ila on beş dakikalık bir aradan sonra, işaret eden katılımcılara bu oturumların ikinci bir rüzgarı olduğunu ve sorunlarına bir kez daha bakabileceklerini önermek iyi bir uygulamadır. Kabul ederlerse, neredeyse her zaman farklı bir yaklaşım görecekler veya ikinci bir soruna gidecekler veya yeni ve beklenmedik bir yöne gidecekler. Daha önce olduğu gibi, kolaylaştırıcı dikkatli ve destekleyici olmalı, ancak engel olmamalıdır.

Öğleden sonranın sonuna doğru, katılımcıların günün deneyimleri hakkında birbirleriyle konuşmalarına izin verin. Bu konuşmalar genellikle yeni fikirleri teşvik eder, bu nedenle notlarını¥5 veya eskiz defterlerini yanlarında bulundurduğunuzdan emin olun .

Grup, birlikte akşam yemeği yemeyi veya akrabaları veya arkadaşları tarafından eve götürülmeyi seçmiş olabilir. Birlikte yemek yiyecekse, paket servis en iyisidir çünkü hala bir restoranın gevezeliği ve parlak ışıklarının dikkatlerini dağıtacağı bir durumdadırlar.

Evde bir kez, bazı katılımcılar kendilerini bitmiş hissedecek ve içinde bulundukları durumun tadını çıkaracaklar, ancak çoğu, tüm gece geç saatlere kadar, oturum sırasında açığa çıkan ancak tam olarak keşfedilmemiş çözümler üzerinde çalışmaya devam edecek.

Bu düşük doz seanslarında, düşünülenlerin, atılan adımların, yol boyunca yaşanan zihin deneyimlerinin, sonuçların ve açılan alternatif yolların hepsinin karşılaştırmalı bir kolaylıkla korunduğu görülüyor. Ancak, oturumu takip eden ilk birkaç gün içinde her kişinin elinden geldiğince eksiksiz bir rapor yazmasını önermek iyi bir fikirdir. Çoğu insan, az uykuyla bile enerjilerinin ertesi gün boyunca yüksek kaldığını fark eder. Diğerleri çok yorgun olacak.

Machine Translated by Google

Bazıları için bilişsel değişimler seansın çok ötesine geçer. Seçtikleri problemler tamamlandıktan sonra bile problem çözme kapasiteleri gelişmiş kalır. Sanki zihinsel bisikletlerinde fazladan bir vites bulmuşlar ve aynı miktarda pedal gücüyle daha uzağa gidebilirler.

Destek

Oturum, katılımcıların iş dünyasının bir parçası olan dış çıkarlara odaklandığından, genellikle işyerinde çözümlerini keşfetmek, ifade etmek ve geliştirmek için yeterli destek vardır.

Yaptıklarını söylemenin uygun olmadığı durumlarda, kişi "Bu sorunla birkaç gün geçirdim ve gerçekten ilerleme kaydettim" diyebilir. Çok az insan, özellikle yeni çalışma şirket için ilgi çekici veya değerliyse, daha fazla soru soracaktır.

Soruları yanıtlamak ve katılımcıları deneyimlerinin önemli yönleri üzerinde düşünmeye teşvik etmek için oturumdan sonraki birkaç gün içinde her katılımcıyla görüşmek iyidir. Her durumda, kişi sorular veya endişeler için muslukta kalmalıdır.

Machine Translated by Google

11

DURUM ÇALIŞMALARI

İki Mimar ve Altı Profesyonel

Listeleri, tablosu ve örnek anları ile 9. bölüm gibi resmi bir araştırma raporu ne kadar faydalı olsa da, diğer profesyonellerin eşliğinde, diğer profesyonellerin eşliğinde, kişinin seçtiği bir problem üzerinde çalışmanın nasıl bir şey olduğunun tadını vermiyor. destek personeli tarafından ve düşük dozda bir psychedelic ile beslenir.

Bu bölüm, 9. bölümde anlatılan oturumlardan nispeten kısa bir süre sonra yazılmış hem kısa hem de uzun alıntılara sahiptir . İlk bölüm iki mimar tarafından yazılmıştır. İkinci bölüm, kendi yaratıcı süreçleri hakkında oldukça ürkütücü raporlar yazanlar da dahil olmak üzere diğer profesyonellerin raporlarını içerir.

Bu tür bir işi nasıl eski haline getirebileceğimi soran bir vakıf bana ulaştı.
Bu noktada cevap, sonuçları daha erişilebilir kılmaktır. O zaman, doğal problem çözücülerin daha etkili çalışma arzusu, onları bu yöntemleri aramaya yöneltebilir. Buna ek olarak, şirketler ve hükümetler, daha yüksek düzeyde yaratıcılığa izin veren veya teşvik edenlerin, yapmayanlara göre daha fazla ve daha iyi sonuçlara sahip olacağını göreceklerdir.

Dikkatli katılımcı seçimi ve set, ortam, içerik ve eğitimli rehberlerin gerekli hususları hakkında olağan uyarılar dışında, çok az şey, daha sık gerçekleşmesi için bu bölümde verilen örnekler gibi çalışmayı desteklememizi engeller .

İki Mimar

Machine Translated by Google

Çalışmamıza iki başarılı mimar katıldığı için çok şanslıydık.
Her ikisi de kendi yöntemleriyle çalışırken, seans sırasında görselleştirme kapasitelerinin arttığını ve tasarım çözümlerinin normal işlerinden çok farklı olmadığını hissettiler. Fark, her birinin belirttiği gibi, daha fazla özgürlüğe sahip olmak ve nihai tasarıma çok daha hızlı ulaşmaktı. Birlikte çalıştığımız mimarlardan biri, birkaç yıl önce güçlü bir psychedelic deneyimine sahip olsa da, odaklanma ve odaklanma kapasitesi, daha önce hiçbir deneyimi olmayan katılımcıdan farklı değildi.

maruziyet.

Henrik Bull: Bir Numaralı Mimar

Henrik Bull, seansından birkaç hafta sonra gözlemlerini ve düşüncelerini yazdı.

Seans sırasındaki deneyimim, konsantre olma ve karar verme yeteneğimde inanılmaz bir artış oldu. Ertelemek imkansızdı. Örümcek ağları, bloklar ve bağlar kayboldu. Her şey mümkündü ama ben gerçek ve oldukça sıkı problemler üzerinde çalışıyordum. Tasarımlar daha özgürdü, ancak muhtemelen müşterinin ne kabul edebileceğini göz önünde bulundurarak blokları kaldırma açısından daha fazlaydı. Üç saat içinde üç tasarımın ana hatları çizildi7 . Hepsi müşteriler tarafından kabul edildi.

Bahsedilen iki ev şimdi tamamlandı ve çok başarılı olduklarını hissediyorum.
Her zamanki çalışmamdan daha özgürler ama tamamen sıra dışı değiller. Müşteriler, kavramsal tasarımın tarihini bilselerdi dehşete düşerdi.... Her insan kendi içinde hangi potansiyelin yattığını görme deneyimine sahip olmalıdır.

Kesinlikle görselleştirme yeteneğinde bir gelişme var, ama benim deneyimim
daha iyi bir Henrik Bull oldum ve bir anda Gaudi'ye dönüşmedim.

Bu bölümün geri kalanı, Bull'un seansından kısa bir süre sonra sunduğu rapordan alınmıştır.

JK'nın psychedelic ilaçlar altında yaşadığı deneyimlerin açıklamasını duyana kadar, onlar hakkında neredeyse hiçbir şey bilmiyordum. Hiç makale veya kitap okumadım ya da katılmadım.

Machine Translated by Google

konuyla ilgili herhangi bir tartışma. Bu çalışmadaki deneyimine hayran kaldım ve önümüzdeki hafta benim için bir açılış olabileceğini önerdiğinde coşkuyla yanıt verdim.

Uzun zamandır hayatımın gerekli, ancak nispeten önemsiz, tasarım çalışmasıyla rekabet eden ve her ikisi de acı çeken detay işleriyle boğuştuğunu hissetmiştim. Bunun ötesinde, tasarım çabalarımın genellikle eski fikirleri tekrar ettiğini ve ruhen daha özgür olması gerektiğini hissettim. Tutumlarımda gerçek bir değişiklik yaratabileceklerini umuyordum. Bu kesinlikle en çılgın umutlarımın ötesinde gerçekleşti.

Sabah seansını anlatmak her rüya gibi zordur. Sıradan rüyaları hatırlamak genellikle zordur. Bu durumda hafızam canlıdır, ancak günlük kelimeler fantastik düşünceleri aktaramaz.

İlk izlenimim, müziğin aşırı netliği ve güzelliğiydi. Enstrümanlar sadece stereofonik değil, aynı zamanda uzayda belirli bir noktada da mevcuttu.
Bu nokta bazı durumlarda hareket bile edebilir. Müziği daha önce hiç bu şekilde duymamıştım. Soprano sesleri (ki daha önce hiç hoşlanmamıştım) fevkalade güzelleşti.

Kısa süre sonra, sıradan rüya kalıplarıyla ilgisi olmayan vizyonlar ortaya çıkmaya başladı. görünüyordu her türlü rengarenk ve güzel kumaşların sürekli değişmesi olmak.
Sonra, vizyonlar daha soyut hale geldi ve tüm kafayı işgal etti. gözlemliyordum
ama gözlerin, kulakların ve beyinlerin olmadığının bilincindeydi.
Kafa kısa süre sonra sonsuzca genişletilebilir veya daraltılabilir evren oldu. Vizyonlar kesintisiz devam etti ve içerik olarak müzikten etkilendi. Bu evren aşağıda olan tarafından ayakta tutuluyordu ve aşağıda olan benim bedenimdi. Thertf8 o vücutta parmaklar ve ayak parmaklarıydı ve bu elementlerle iletişim kurabileceğimi bulmanın ilginç olabileceğini hissettim. Parmağımı hareket ettirmeye çalıştım; başka bir parmağa dokundu ve ben hissettim. Bu yüzden hala parmaklarım vardı. Bunu kanıtladıktan sonra, ayak parmaklarını öğrenmeye gerek yoktu. Bu benim eski bedenimle son temasımdı.

O andan itibaren gerçek dünyayla ilgili hiçbir vizyon ya da düşünce yoktu.

Machine Translated by Google

Mutlaklar yoktu.

Hiçbir özellik yoktu.

Boyutlar yoktu.

Hata yoktu.

İnsanlar yoktu.

Soru sorma!

Bu gerçekten sonsuz değişken renklerin, formların, müziğin harika bir dünyası. (sonuncusu vardı diğer dünyadan geliyor, ancak gelişmiş.)

Müzik durduğunda ve kalkmamız söylendiğinde, bütün sabahın gerçekten çok komik olduğunu düşündüm ve bir süre yüksek sesle güldüm. Böyle güzel bir dünyayı kapatacak birine kötü davranacağımdan endişeliydim. Ancak, dünya hala iyiydi - sadece farklıydı.

Bize getirmemiz söylenen profesyonel yaratıcı problemlerden bazılarını deneme fırsatını dört gözle bekliyordum. Bunlardan dördü vardı, seksen iki sayfalık bir programa sahip son derece karmaşık bir devlet koleji binasından oldukça basit bir tatil evine kadar.

İlk kararım hangi soruna saldıracağımdı. Karmaşık problemden hemen kaçınmaya karar verdim, çünkü kendimi çok keskin hissetmeme rağmen, üç saat içinde bir sonuca varmanın, hatta önemli bir ilerleme kaydetmenin imkansız olacağını biliyordum. Bu akıllıca bir karar olduğunu kanıtladı.

En basit soruna (ama muhtemelen en fazla ilgiye sahip olana) ilk saldırı yapıldı. Hemen dikkatimden kaçan birkaç ilişki ortaya çıktı ve kısa bir süre sonra uzamsal ilişkilere bir çözüm geldi. Seans boyunca saate bakmaktan kaçındım ama sanırım yirmi dakika geçmişti.

Normalde, böyle bir çözüme varmadan önce haftalarca yahnim ve üzülürdüm. Beni yanlış anlama; basit bir problemde, gerçekten üretken olan son dönem, normal koşullar altında genellikle oldukça kısadır, ancak her durumda bir saat meselesidir.

Machine Translated by Google

Bir sonraki ikilemim, tasarımı geliştirmeye devam edip etmemek ve onun etkili bir çizimini yapmaktı. Daha iyi düşündüğümü ve normalden daha iyi çizeceğimi fark ettim. Kararım, normalden daha iyi çizseydim, yine de iyi çizemezdim ve iyi olduğum şeylere bağlı kalmalıydım. İlk konseptten sonra tutarlı bir tasarım geliştirmekte hiçbir zaman fazla sorun yaşamadım .

Bu kavramsal düşünme düzeyinde kalmaya ve daha sonra takip etmek üzere kendime sadece kısa notlar almaya karar verdim. Bu çok önemli bir karardı.

Cevaplanmayan soruları daha sonra hatırlayıp hatırlamayacağımı bilmiyordum ve kendime not almak için harcadığım zamana şiddetle içerledim. Elim normalden daha hızlı hareket etmiyordu ve bu konuda çok sabırsızlandım. Keskin bir kaleme ulaşmak için geçen zamana bile içerledim. Pozisyonum yarı oturur, yarı diz çökmüş, çizim tahtasına yaslanmış durumdaydı. Kelimenin tam anlamıyla, sadece düşünmek için bir kafam ve eskizler ve notlar yapmak için bir elim vardı. Beden (yine) önemsizdi. Seans bitip ayağa kalktığımda, üç saattir bulunduğum garip pozisyondan dolayı gerçekten çok acı vericiydi.

İlk problem tamamlandı, çok heyecanlı hissettim ve devam etmek için sabırsızlanıyordum.
sonraki.

Bu sorun temelde bir site sorunuydu, çok güzel bir mülk parçası üzerinde bir dizi kat mülkiyeti evinin yerini tespit ediyordu. Kararlar çok çabuk geldi ve beni çok kısa sürede memnun eden bir çözüm belirledim. Geçerken, birkaç benzer çözüm için müşterimin ekonomik getirisini araştırdım ve en iyisinin hangisi olduğuna karar verdim. Neden birimlerden biri için tipik bir kat planı yapmıyorsunuz? Bu da normal sayıda yanlış başlatma olmadan başarıldı.

Bu noktada kendi kendime, "Barney için evini bir kez daha denememek adil olmaz" dedim. Bu müşteri çok zordu, ama aynı zamanda zorluydu. Ona birkaç farklı ön plan sunmuştum. Hepsinin kafasında çeşitli kusurlar vardı ama bana özel bir şikayette bulunmadı. Onu heyecanlandıran tek plan da çok fazla paraydı. Ama bana olan inancını kaybetmedi - ki bu oldukça sıra dışı.

Machine Translated by Google

Bu sefer soruna yaklaşımım önceki tüm denemelerle ilgisizdi ve zorlu alana yeni bir şekilde baktım. Birkaç dakika içinde ortaya çıkan çözümün, öncekilerden daha iyi olduğuna gerçekten inanıyorum. Bu, birkaç yüz saat süren ve ofis için büyük bir maddi kayıp anlamına gelen bir işti. Bu çözümü neden daha önce hiç görmemiştim?

Çözümün daha önce de olabileceğini vurgulamalıyım. Diğer çalışmamla aynı aileye ait. Tek gerçek fark, doğru hissettiğim çözümün neredeyse hiç vakit kaybetmeden ortaya çıkmasıydı. Seansın bu noktasında, bize 50'nin sorunlarımız üzerinde çalışmak için sadece birkaç dakika daha süreceği söylendi. Diğer sorunları bertaraf ettikten sonra, devlet üniversitesi sorununa yeni ama yüzeysel bir bakış atmaya karar verdim.

Bazı hızlı notlar ve hesaplamalar yaptım, bu da zemin kata farklı bir yaklaşım için kaba bir taslakla sonuçlandı.

Akşamın geri kalanında kendimi çok uyarılmış hissettim, biraz alkol almak gibi bir şey. Bu birkaç saat sürdürüldü. Arkadaşlarım yattıktan sonra saat 4:00 civarına kadar kayıtlarını dinledim Sabah seansının görüntüleri eksikti ama müziğin netliği aynıydı.

Gün sabah altıda başlamış ve yirmi iki saat sonra bitmişti. Öyleydi muhtemelen hayatımın en kısa ve en keyifli günü.

Bunu ertesi sabah ortağıma ve ofisteki adamlara gösterdiğimde çok hevesliydiler. Buna rağmen, genel olarak yeni yaklaşımın oldukça acil bir son teslim tarihinden önce tamamen çözülemeyecek kadar karmaşık olduğu kabul edildi. Ayrıca, bunun gerçekten daha iyi bir çözüm olup olmadığını görmek için daha sonra incelemeye değer olacağına karar verdik.

Eric Clough: İki Numaralı Mimar

Progressive Architecture'da 1966 tarihli bir makale , "LSD: A Design Tool?" "Bir dizi mimar [Eric Clough dahil, aşağıya bakınız], uyuşturucuların algıyı geliştirmek için bir araç olarak kullanımına dair kapsamlı kanıtlara,

Machine Translated by Google

görselleştirme. Rapor, ilaçların psychedelic etkisi altında görme ve işitme keskinliğinin 'devrim' yarattığını belirtti.... Görüşülen mimarlar arasındaki fikir birliği ... LSD'nin dikkatli bir şekilde kontrol edilen koşullar altında uygulandığında, iyileştirme yaptığı görülüyor. Yaratıcılık, problem çözmeyi büyük ölçüde hızlandırdığı, üç boyutlu olarak görselleştirmeye yardımcı olduğu ve genellikle algıyı artırdığı ölçüde yaratıcılıktır.

Clough'un raporu, bir mimarın yüksek eğitimli zihninin ve gözünün, LSD'nin artan odaklanmasını nasıl etkili ve amaçlı bir şekilde kullanabileceğini gösteriyor. "O gün ne yapabildiysem, uyuşturucu yüzünden olmadığını, uyuşturucunun, karşılaştığımız olağan sürtüşmeler olmadan, her zaman işlev görebileceğim bir şekilde işlev görmeme izin verdiği için olduğunu öğrendim."

Clough, daha önceki bir LSD çalışmasının parçasıydı. Bu onun raporundan bir alıntıdır. o seansın zirvesi.

Rehberimin kalp atışlarını duyabiliyor ve hissedebiliyordum ve o bendim ve bendim. Oda nefes aldı ve bendim. Gözlerim açıldı ve parlak bir spektrumda parıldadık.

Biz (hayat ağacı ve ben bir olarak) büyüdük, büyüdük ve evrenin bir gölgesini oluşturduk. Ben kozmosu gördüm (ya da öyleydi) ve o bir araya gelerek var olan tüm ışık ve enerjinin bir noktasında bir araya geldi ve patladı ve evreni yeniden parıldayan yıldızlarla doldurdu.

Yüksek ve dumanı tüten bir bok yığını gördüm. Buharın içinden bir sinek geçti. Bacağına bir bok parçası yapıştı ve o küçük gübre parçası olduğumu gördüm (ve hissettim). Parlayan toz parçacıklarına dönüştük ve kozmosla birleştik.

Bir an için geri çekildim ve bu nadir fenomeni düşündüm. Varlığımın derinliklerinden bir kez daha kahkahalar yuvarlandı. İmkansızı yapmaya, geri çekilip, şimdiye kadar yaşadığım en bütünsel düşünceyi entelektüelleştirmeye çalışıyordum.... Parçalarının toplamını aşmak....

Bu bölümün geri kalanı Clough'un yaratıcılık oturumu raporundan alınmıştır.

Machine Translated by Google

İki buçuk yıl sonra International Foundation for Advanced Study'den bir telefon aldım. Belirli bir deneye katılmaya davet edildim: psychedelic bir ajanın etkisi altındayken yaratıcılığın incelenmesi. Benim alanım, mimarlık, araştırmaya dahil etmek istedikleriydi....

Belirli bir projeyi ve şu anda üzerinde çalıştığımız bir veya iki alternatifi seçmemiz, günden önce genel bir düşünce vermemiz, ancak aklımızda olması için çok fazla karışmamamız talimatı verildi. Önyargılı çözümlerle seansa gelmeyin. Tercihen bu, bir çözüm bulamadığımız veya biraz karmaşıklığı olan ve önemli miktarda mesleki becerimizi gerektirecek bir sorun olurdu.

Plan, her tam günlük oturumda dört katılımcıya sahip olmaktı. Her katılımcı farklı bir çalışma alanındandı ve hepsi aynı odada olsa bile kendi projesi üzerinde çalışacaktı. Etkileşim ve tartışmaya izin verildi, ancak gerekli değildi.

Gün geldi ve dördümüz seans odasında toplandık ve biraz daha ön hazırlık yaparak meskalin yedik. Rehberlerimiz bizi kendi uyku tulumlarımızla rahat bir şekilde yere yatırdı, gözlerimize siperlik, kulaklarımıza da stereofonik kulaklıklar yerleştirdi ve güzel bir şekilde seçilmiş klasik müzikten oluşan bir kaset başlattı.

Clough, müzik ve ilişki saatlerinde neler hissettiğini anlattıktan sonra devam etti.

Kulaklığımı çıkardım ve siperliğimi yavaşça çıkardım. Bir iki dakika sonra rehberlerimizden biri yanıma diz çöktü. Ona gülümsedim ve elini tutmak için uzandım. W£2 sonsuz bir an için birbirine baktı (derin göz teması) ve gözlerimi tekrar kapattım.

İnsanın kişiliğinin camdan bir tabaka gibi olduğunu gördüm. Spesifik vizyon, her biri diğerinin arkasında sonsuzluğa uzanan düzensiz ama temiz geometrik parçalardan oluşuyordu. Her bir cam parçası, üst ve alt kısımdaki millere bağlandı. Herhangi bir yerde, herhangi bir parça hafifçe döndürülürse, harici bir resmi yansıtır ve bir ayna gibi, herhangi bir şeyi engeller.

Machine Translated by Google

içeride daha fazla vizyon. Çoğumuzun birçok parçanın çarpık olduğunu derin bir pişmanlıkla biliyordum.

Bir süre daha benzer türden başka zihinsel imgeler gördüm, hepsi
insanın tüm işlev seviyelerinde temiz bir şekilde bağlantı kuramamasıdır.
oturdum. Saat 11'di Bize öğlen uyandırılacağımız söylenmişti. oturdum
sessizce ve diğer denekler öğle yemeğine getirilene kadar bekledi.

Hafif yedik: meyve, peynir, küçük bir kadeh şarap ve biraz kahve. Sabahımızı konuştuk. Deneyimlerimiz aynı değildi ama oldukça önemli bir şeyi paylaştığımızı hissettik. O zamanlar yakın arkadaştık.

Eskiz defterimi ve birkaç renkli keçeli kalemi alıp odanın bir köşesinde kendimi rahat bir yere koydum. Pedi açtım, keçeli kalem aldım ve çalışmaya hazırdım ...ama tamamen boştum. Genellikle bir sorunu düşünürken kafam, baktığım ve attığım ya da daha yakından baktığım ve detaylandırdığım resimlerle doludur. Zihinsel imajımda oldukça eksiksiz bir konsept bulana kadar nadiren bir şey çizerim. Proje için bir dizi planım vardı ve o sabah erken saatlerde Vakfa giderken birinin zihinsel resmine bakıyordum. Şimdi hiçbir şey yoktu.

(Bir an için konunun dışına çıkıp söz konusu projeyi anlatsam iyi olur: Bir müşterim beni San Francisco'dan birinin yakınındaki bir sanat ve kültür merkezi için çalışma yapmam için tuttu.
Körfez bölgesi üniversiteleri. Alan geçici olarak seçilmişti - düz, kare, üç dönümlük bir parsel. Bu, sanatçılara ve zanaatkarlara, satışa elverişli ve geniş bir kültürel etki yaratacak bir ortamda atölyeler ve perakende satış alanları sağlamaktı.
topluluk üzerinde. Bir kahvehanesi, tiyatroları, açık konferansları ve forumları, dükkanları külliyede olmayan sanatçılar için galerileri olurdu. Muhtemelen modern bir kitapçıya da ev sahipliği yapacaktı.)

Hala sitenin boyutlarını biliyordum ve yavaş yavaş boş sayfaya yaklaşık sınırları çizdim. Yine de kafamda hiçbir şey yoktu. Sabah , yaratıcılık seansının amacı ile ilgili her şeyi bir şekilde silmiş3.

Machine Translated by Google

gözlerimi kapattım. düşünmeye çalışmadım. Bekledim ama hiçbir şey beklemiyordum - sabahın ilerleyen saatlerinde yaptığım gibi.

Dakikalar içinde hayatı tamamlamak için parladı. Tamamlanmış merkezi görebiliyordum. Ağaçlar büyümüş, arabalar park alanına park edilmiş, çeşmelerden su fışkırtmış ve insanlar binanın ve bahçelerin içinden geçmiştir. Ben de geçebilirdim.

yaptım, yavaş yavaş. Yapının detaylarına baktım, inşaatı inceledim, orada yetişen bitki türlerine baktım, ustaları iş başında izledim. Renkler zengindi ama dükkânlarda ve tahta kaldırımlarda sergilenen tablolarla uyum içindeydi.

çizmeye başladım. Birkaç dakika içinde, temel arsa ve bina düzenlemesi ped üzerine çizildi. Otoparkı düzenledim ve tahmini ihtiyaç olan yer sayısını kontrol ettim. İşe yaradı. Hızlı bir şekilde projenin olası maliyetini hesapladım ve öngörülen kira geliri ile kontrol ettim. Ekonomi de mümkündü.

Sonraki bir buçuk saat boyunca yapabildiğim kadar hızlı çizdim. Çizimler kabataslaktı ama kafamdaki vizyonun özünü yakaladı ve birçok özel ayrıntı kağıda kaydedildi.

çalışmayı bıraktım. Henüz öğleden sonra üç olmamıştı. Çalışmak için hâlâ iki saatimiz vardı. Kafamda birkaç ev tasarladım ve biraz çizdim. Bir bahçe pavyonu ve bazı çeşme tasarımları ile oynadım ve üç buçukta gün için durdum. Bir ila iki haftalık çalışmaya eşdeğer bir iş yapmıştım. (Bu son ifadeyi niteleyeceğim: Bir hafta içinde çok daha fazla eskiz ve bazı ölçekli çizimler yapmış olabilirdim, ama içimdeki his, aslında o öğleden sonra sahip olduğumdan daha fazlasını başaramayacağımdı.. ..)

Birkaç gün sonra müşteriye eskizleri gösterdim ve onaylandılar, tamamlandılar.
Üç hafta sonra, önce mülkiyet planı olmak üzere projenin çalışma çizimlerini hazırlamaya başladım. Eskiz defterimi (kapalı) yanımdaki masanın üzerine koydum ve ölçek düzenine başladım. Birkaç saat sonra ilk ölçü levhası yapıldı ve ardından orijinalleri ile karşılaştırdım. Hemen hemen aynıydı. Orijinal eskizleri ölçeklendirmeden koydum

Machine Translated by Google

üç dönümlük binalardan, otoparktan, açık hava tiyatrosundan, yürüyüş yollarından, teraslardan, vb. tam boyutlarında ve içinden geçtiğimde4 olduğu kadar net bir şekilde kafamda tutmuştu ....

Burada tam olarak ne olduğunu açıklamaya çalıştım, daha fazlasını değil. Çok şey öğreniliyor.

Altı Profesyonel

Bu bölümde, 9. bölümde ele alınan yaratıcılık modlarından bazılarını gösteren temsili bireysel problem çözme deneyimleri yer almaktadır .

Ticari Sanatçı

Problemi: Birkaç sunum skeci müşteri tarafından reddedildikten sonra bir antetli kağıt tasarımı.

(Eski) düşünce tarzımı bırakmaya ve yeni bir denemeye karar verdim. Bu kolay işten çıkarmanın ve unutmanın "gizemi" beni öğleden sonraya kadar etkilemedi, çünkü bu seanstan önce birçok kez bu düşünce tarzına daldım ve her şeyi hava geçirmez bir çıkmaza sokmayı başardım. kıramadı, çok daha az işten çıkardı. Mucize şu ki, bu kadar kolay ve doğal geldi.

Bundan ne çıkacağı ya da kimsenin beğenip beğenmeyeceği konusunda endişelenmeden devam etmeye karar verdim. Sunum taslağının orijinal fikrini biraz değiştirerek başladım. Birkaç tanesinden sonra, orijinal fikri tamamen reddettim ve grafik sorununa radikal bir şekilde farklı yaklaşmaya başladım. İşte o zaman olaylar olmaya başladı.

Aklıma türlü türlü farklı olasılıklar gelmeye başladı ve bu amaçla yanımda getirdiğim mektup boyutundaki boş kağıtlara bunları hızlıca çizmeye başladım. Her yeni eskiz, başka olasılıklar ve yeni fikirler önerecektir. Fikir akışına ayak uydurabilmek için hızla, neredeyse hararetle çalışmaya başladım. Ve bu bol prodüksiyon sırasındaki duygu neşe ve coşkuydu: Bir topum vardı! Yapmanın saf eğlencesiydi,

Machine Translated by Google

icat etmek, yaratmak ve oynamak. Korku, endişe, itibar ve rekabet duygusu, kıskançlık yoktu, işimde her zaman değişen derecelerde mevcut olan şeylerin hiçbiri yoktu. Sadece yapma sevinci vardı.

Bu kişi, onun artan fikir üretme kapasitesinden o kadar memnun oldu ki, fikir seçimini, yirmi altı orijinal kavramdan on ikisini seçip sunum için geliştirdiği ertesi güne ertelemeyi seçti. Bunlardan biri daha sonra müşteri tarafından kabul edildi.

Mühendis

Problemi: İnsan vücudu gibi bir cismin ısı dağılımına karşılık gelen görünür bir görüntünün oluşumu. (Hastalıklı doku, sağlıklı dokudan daha yüksek bir sıcaklığa sahip olma eğiliminde olduğundan, uygulama tıbbi teşhistedir.)

Fikir sağlamak için "bilinçaltımdan" istedim. İçgörü, sedefinin farklı renklerde parladığı bir istiridye kabuğunun görüntüsü olarak geldi. Bunu, ısıdaki bir değişikliğin mikroskobik bir yer değiştirmeye neden olacağı, açıkça gözlemlenebilen, sedefin ilkesi olan bir interferometre - yansıtmak istenen dalga boyuna eşit bir boşlukla ayrılmış iki katman - fikrine çevirdim. yansıyan ışığın rengine göre.

Bu nedenle geriye kalan sorun, termal enerjiyi mekanik yer değiştirmeye dönüştürmekti.

Bu noktada bir başka fikir, bunu yapmanın en etkili yolunun gazın genleşmesi olduğuydu, çünkü bu, katı maddeler üzerinde yapılabilecek diğer herhangi bir işlemden daha üstündü. Daha sonra bunu, sarı ışığın dalga boyunda aralıklı, vakumlu buharlaşma ile oluşturulan iki ince film tabakası olarak görselleştirdim. Pek çok pnömatik hücre (uzun, ince bir silindir şeklinde) örneğin 200 x 200'lük bir dizide (bir uçta paralel ince filmler yer alacak şekilde) oluşturulabilir. Termal görüntü bu diziye yansıtılırsa, her bir hücrenin ulaştığı sıcaklık, gazın basıncını ve bunun sonucunda ince filmlerin ortam basıncını yeniden oluşturmaya yönelik elastik deformasyonunu belirleyecektir.

Machine Translated by Google

Dizi beyaz ışıkla aydınlatılıyorsa, her bir hücre, kaynak nesnenin sıcaklığının bir fonksiyonu olan bir rengin ışığını yansıtacaktır....

Diğer birçok içgörü, gerçek üretim süreci, test yöntemi ve diğer uygulamalarla ilgiliydi. Ertesi gün aklıma çok sayıda ilişkili fikrin gelmesi önemli.

Mobilya Tasarımcısı

Her ikisi de mobilya tasarımında olmak üzere iki özel sorunum vardı. Birincil sorun, birkaç yıl önce tasarladığım mevcut bir mobilya grubunu tamamlayan entegre bir çekmece-çekme tasarımı yapmak için bir yöntem bulmaktı. Bu grup hem tasarımda hem de satışta başarılı oldu. Üretimde aynı tarz şıklığı ekonomiyle birleştiren bir çözüme ihtiyacım vardı.

Kasa ürünleri, yani dolaplar ve şifonyerler, temelde yüzey ve kenar işlemleriyle ayırt edilen kutulardır. Tasarım, kullanılan malzemelerin doğal bir sonucu gibi göründüğünde, kasa ürünleri her zaman en iyi şekilde görünür. "Uygulanan" tasarım öğelerinden kaçınmaya çalışıyorum. Bu unsurları bünyesinde barındıran bir dizi veya bir dizi kasa ürünü tasarlamıştım, ancak hem üreticinin hem de benim ihtiyaç duyduğumu hissettiğim belirli bir kıvılcım yok gibiydi. Yeni yöntemler denerken bu sorunu defalarca yaşadım, ama hiçbir şey çıkmamış gibiydi. Tüm olasılıklar tükendiği için yeni bir şey yapmayı gerçekten beklemiyordum . Gerçekte olan şey tam bir sürprizdi.

Sorunu zihnimde canlandırmaya başlar başlamaz bir olasılığın hemen ortaya çıktığını gördüm. Bu konseptle ilgili birkaç sorun da ortaya çıktı, ancak bunlar kendilerini oldukça hızlı bir şekilde çözdüler. Bunu, bu ilk düşünceye dayanan, ancak ona başka bir görünüm veren bir varyasyonla hızla başka bir fikir izledi. Gerekli kesitin görselleştirilmesi anında gerçekleşti.

Son fikrimin gelişme şekli nedeniyle en dikkat çekici olduğunu düşündüm. Bu fikir, Wagner'in bestelediği müziği dinlerken oluşan bir fantezinin sonucuydu. Gördüğüm bazı şekillerde klasik bir kalite olduğunu biliyordum.

Machine Translated by Google

Bu dönemde gördüm, bu yüzden bu özelliği somutlaştırıyor gibi görünen çizgiyi koydum.
(Bu, bir dizi hızlı eskizde tamamlanmış bir çekmece-çekmeye dönüştü.) Bu sapı yaptım ve tam olarak aradığım kaliteye sahip. Bütün bu zaman boyunca, tüm bunların kolaylıkla yapılması beni çok eğlendirdi. Bunu yapmak o kadar kolaydı ki, daha sonraki bir tarihte çok daha fazlasını yapabileceğimi hissettiğim için daha fazlasını yapmaya gerek duymadım.
Ancak, bu sonuca yol açan fikri tetikleyen spesifik olmayan fanteziydi.

Hızlı bir şekilde çözülen başka bir üretici için bir başlık sorununu çözmeye devam ettim. Bu çözüm, tasarım süresi boyunca farkında olmadığım bazı maliyet faktörleri nedeniyle ertesi gün reddedilmek zorunda kaldı, ancak daha önce hiç aklıma gelmeyen başka bir çözüm bulmakta zorluk çekmedim.

Sonra her zaman çok zaman alan bir şey yapmaya karar verdim. Hem şık hem de ucuz olan iyi bir yemek sandalyesi yapmak çok zordur. Sandalyeler her zaman heykel olarak görülür ve nadiren saf profildedir. Sandalyeler ayrıca diğer mobilyalarda gereksiz bir şekil ve yapı disiplini gerektirir: insan anatomisi nedeniyle şekil ve aldığı zor kullanım nedeniyle yapı disiplini. Bir süredir özgün bir tasarım yapamıyordum. Çok hızlı bir şekilde temel yapının ne olması gerektiğini belirledim; temel ayrıntılar hızla takip edildi. Arıtma yapmadım, çünkü bu tür şeyler en iyi üç boyutlu olarak yapılır, ancak bitmiş ürünü görselleştirebilsem de. Sandalyeye sahip olmaya karar verdim ve daha önce hiç yapmadığım bir tür düşünmeye başladım. Bu da zorluk çekmiyor gibiydi. Bugün buna baktığımda bile her şey çok açık görünüyor. 15 7 Çekmece-çekme, bir hafta içinde modele indirgendi ve üretici-müşteri tarafından kabul edildi. Sandalye tasarımlarından biri, orijinal konseptten hiçbir radikal değişiklik yapılmadan ikinci denemede tatmin edici bir şekilde modellendi. Daha önce, sandalye tasarımlarının tamamlanması için iki ay ve on deneme modellemesi gerekiyordu.

Teorik Mühendis

Machine Translated by Google

Aldığım problem, kendim de dahil olmak üzere birçok insanı rahatsız eden kombinatoryal analizdeki bir problemdi. Sorun, aşağıdaki varsayımı kanıtlamak veya karşı örnekle çürütmek:

Tamamen NOR kapılarından yapılmış mantıksal devreleri ele alıyoruz. (NOR geçidi, ancak ve ancak girişin hiçbirinde sinyal yoksa bir çıkış üreten bir öğedir.)
Bu tür devreler, döngülerden geçecek şekilde tasarlanabilir. Yani, çeşitli kapılara bir dizi girdi ile çalışan devreyi başlatıyoruz. Zaman ilerledikçe, kapalı olan bazı kapılar açılır ve bunun tersi de geçerlidir. Devrenin olası durumlarının sayısı sonlu olduğundan, ya başka bir eylem olmadığında devre sonunda kararlı bir duruma ulaşmalıdır ya da daha önce ulaşılan bir duruma ulaşmalı ve daha önce olduğu gibi aynı durum dizisinden geçmelidir. Bu son diziye döngü denir.

Devrenin durumu her değiştiğinde, bunu sadece bir geçidin çıkışındaki değişiklikle yapıyorsa, bir döngüye "tamamen sıralı" diyoruz. (Bunun önemi, devrenin ne yaptığı konusunda hiçbir belirsizliğe yer bırakmamasıdır. Eğer iki kapının bir durumdan diğerine geçiş yapması gerekiyorsa, hangisinin önce geçeceği bir fark yaratabilir.)

Hipotez, bir NOR geçit devresinde, en uzun tamamen ardışık döngüdür.
2/7 durumları içerir, burada n devredeki NOR kapılarının sayısıdır.
Seansın sonunda, bu teoremin bir kanıtına sahip olduğumu düşündüm. O gece üzerinde çalışırken bazı ek komplikasyonlar gördüm ama yine de kanıtlayabileceğimi düşündüm. Ertesi gün, bazı ek olasılıklar buldum. Teorem, şimdiye kadar, bu nedenle kalır
kanıtlanmamış.
Oturumda keşfettiğim yaklaşım çok değerli ve hem benim hem de laboratuvarda problem üzerinde çalışmış diğer kişiler için yeni bir yaklaşım olmaya devam ediyor. Örneğin, NOR kapılarının sıralı bir döngüsünde sıralı bir kuyruk elde etmenin imkansız olduğu, bu tür devrelerle ilgili olarak yapılmış başka bir varsayımı hemen devre dışı bıraktı. Bu yaklaşımı kullanarak, bu varsayıma nasıl bir karşı örnek oluşturulacağı açık hale geldi.

Machine Translated by Google

Yaklaşımın sonunda OrigindP8'in bir kanıtına yol açacağına dair hala umudum var.
varsayım - veya bir karşı örneğe.
Ayrıca, belirli döngüleri oluşturmak için bu tür devrelerin bir sentez yöntemine yol açabilir.
Bu nedenle, orijinal amaca ulaşılamamış olsa da, sonuçlar oldukça değerli görünmektedir.

Bu probleme yönelik önceki saldırılarım çoğunlukla matris cebirsel yöntemlerle olmuştu.
Oturumda problemi incelemeye başladığımda, yine de bu yöntemleri kullanmaya çalıştım. Burada psychedelic devletin güçlerini avantaj sağlamak için nasıl kullanacağımı gerçekten göremedim. Bir matrisi görselleştirebilir ve belirli bir satırın tamamen parlak ve parlak görünmesini sağlayabilir ve böylece öne çıkabilirim.
Ve matristeki girdilerin dağılımındaki kalıpları görebiliyor ve estetik olarak takdir edebiliyordum. Ancak matristen başka herhangi bir bilgiyi çekmek için gereken ayrıntılı manipülasyonları denemek ve yapmak temelde beyhude görünüyordu.
Buralarda bir yerde, devrenin bir görüntüsünü görmeye başladım. Kapıların kendileri çizgilerle birbirine bağlanmış küçük gümüş külahlardı. Bu devrenin adımlarını attığını izledim. İlk olarak, hepsi bir sıraya dizildi ve her biri bir sonrakini tetikledi. Hat kapanırsa ve başka bir değişiklik olmazsa, otomatik olarak 2n döngü alırsınız. Bu yüzden bu döngüyü engellemelisiniz. Ancak bloke ettikten sonra, işlemi devam ettirmek için bir yardımcı devre sağlamalısınız. Sorun şu ki, bunu tamamen ardışık olma özelliğini kaybetmeden nasıl yapabilirsiniz?

Bu noktada dış dünyaya geri döndüm ve olayı tamamen analitik veya mantıksal modda ele almaya çalıştım.
O noktada, kaçınılmaz olarak ardışık olmayan operasyona sürüklendiğinizi gösterebileceğimi düşündüm.
Zorluk, var olan tüm olasılıkları görmek ve her birinin izini sürmektir. Seans içinde ve sonrasında hala tüm alternatif olasılıkları bulamamıştım. Bu nedenle, kanıt suya düştü. Ancak bloklar kaldırılırsa kendi başına 2n döngü olarak çalışacak bir ana diziyi ve blokları atlamak için yardımcı dizileri seçmenin temel düşüncesi, bence değerli bir şeydir.

Machine Translated by Google

Bu mühendis çalışma grubuna dönüp deneyimlerini onlarla paylaştıktan sonra, gruptaki diğer birkaç kişi de aynı genel problem üzerinde çalışarak deneysel denekler olmak istedi ve kabul edildi.

Yönetici, Ürün Planlama Yeni

bir kayıt ürünleri ailesini tanımlama ve başlatma görevi bana verildi. Benzer bir modülasyon şeması kullanırlar, ancak oldukça çeşitli uygulama^?9 performanslarını ve maliyetlerini kapsarlar. Kapsamlı bir pazar araştırması gezisini yeni tamamlamıştım ve sistem türünü, performans seviyesini ve bazı pratiklik ve zaman çizelgesi tahminlerini göstermeye çalıştığım bir karşılıklı ilişkiler tablosu veya matrisi geliştirmiştim. Çok fazla değişken söz konusu olduğundan ve yürütülmesi gereken Mühendislik alanında önemli bir iş yükü ve anlayışsız tutumlar nedeniyle daha da karmaşık hale geldiğinden bu oldukça zor bir görevdi.

Biraz uğraştıktan sonra, sorunun benimle konuşmasına izin vererek bir tür rahatlama keşfettim. Verileri farklı bir görüntüleme modunun devralmasına izin vermek zorunda kalmaktan kurtuldum. Karmaşık kavramları bir kenara atıp meselenin özüne inmeyi başardım. Son derece basitleştirilmiş ve iletişim kurması çok daha kolay olacak yeni bir matris kendini gösterdi. Bu dizi üzerinde çalıştıkça, muhtemelen amaçlandığı pazarın çoğunu ele geçireceği ve en basit satış görevini sunacağı daha belirgin hale geldi. Önceki sorunların bir kısmının gereksiz mükemmeliyetçilikten ve bir tür açgözlülükten kaynaklandığı ortaya çıktı.

Daha sonra nasıl harekete geçeceğime dair içsel "sahnemde" bir deneme çalıştırması yapabildim. Anahtar kişiler arasındaki ilişkiler kelimenin tam anlamıyla gözüme çarptı. Takılmaları ve bunların geliştirme görevinin kabulü ve performansı üzerindeki etkisi oldukça açık hale geldi. Aklımda farklı yaklaşımlar denedim ve sonra çözümün kolayca gözden kaçtığını fark ettim. Değişmem gerekiyordu ve o zaman cevap vermeleri daha olasıydı. Sadece doğru tutumu geliştirmek için komplo kurmak gereksiz hale geldi. Bu tutum yapmak zorunda

Machine Translated by Google

çalışma ve verilerden gelen güvenle ve anlayış, sempati ve hoşgörüden gelen (başkalarının) kabulü ile.

Bunun sonuçları muhteşem değil, ürkütücü olmuştur. İnsanlar hareket ediyor. En düşmanca olanlar çok daha açık ve arkadaş canlısı hale geldi. Benim için gereken enerji miktarı gözle görülür şekilde azaldı. Patronum, işleyiş tarzımda bir kereden fazla kayda değer bir değişiklik olduğunu belirtti. Ürün dizisinde ölçülebilir ilerleme var, ancak yeniden yapılanma ile biraz gölgelendi.

Özetle, deney çok büyük bir beyin fırtınası ya da atılım üretmedi.
yaratıcılığın olağan çağrışımlarında, ancak çok pratik bir sonuç.

Mühendis

Irwin Wunderman, büyük bir California elektronik laboratuvarıyla ilişkili bir mühendisti. Deneyiminin akışkan enerjileri, oldukça soyut bir model oluşturma sürecine kanalize edildi. Birkaç hafta sonra hatırladığı, kendi zihniyle ilgili gözlemleri, onları hatırlama ve bildirme şekli bakımından olağandışıdır.

İlk üç saatlik dönemdeki reaksiyonlar:

1. Dokunsal duyulardan gelen azaltılmış girdilerin kademeli farkındalığı. Ekstremitelerde uyuşma, hareket etmeye karar vererek ve aynısını uygulayarak üstesinden gelinebilir.
2. Çağdaş çevreyle ilgili yabancı girdileri en aza indirmeye çalışma hissi. Vücudumun yavaş yavaş "en düşük enerjili" konumuna gevşemesine izin verdiğimi belirttim. Bunun diğer bireylere de olduğunu önerin.
3. Tüm duyumları hatırlamayı ve bunları Vakfa bildirmeyi şiddetle arzu ediyordu.
4. Analiz ettiğim ve daha sonra anladığım birçok nispeten basit gözlem, o zamanlar gerçekte olduğundan daha önemli ifşaatlar olarak göründü. Mesela ilahiye benzer bir müzik çalınca duvarlardaki resimlerin dini önemini anladım. Bunun daha önce kavrayamadığım temel bir anlayış olduğu ortaya çıktı, ancak geriye dönüp baktığımda oldukça açık görünüyor.

Machine Translated by Google

5. Düşüncelerimin ana teması şuydu:
a. Dünyevi girdiler giderek azalıyordu. b. Burnum,
kulaklarım ve gözlerim hala orta ila yüksek hassasiyetleri korudu, ancak girdiler
onlar hakkında düşünmediğim sürece bana "otomatik" olarak iletilmediler. c.
Zihinsel yeteneklerim nispeten etkilenmedi, ancak normal girdilerin azalması nedeniyle,
Aklım çeşitli düşüncelere dalmış gibiydi.
d. Sınırda tüm çağdaş uyaranların kesileceğini (veya duyarsızlaştırılacağını) fark ettim, böylece
tüm düşünce süreçlerimi mevcut gerçeklikten uzak şeylere adayabilirim. Rahatsız edici
girdileri en aza indirmeye ve yeni koşulların koşullarını en üst düzeye çıkarmaya çalıştım,
böylece düşüncelerimin kaymasına izin verdim. e. Tüm yerel girdilerin kesildiğini hayal ettim;
sadece zihnim, müzik ve
evren mevcuttu.
f. Zihnimi evrende hareket ettirmeye ve neler olabileceğini keşfetmeye çalıştım.
bu yeni aracın yeteneği ile görüldü.
g. Evren tamamen siyahtı ve aklımda onu ayırt etmek için her şeyin radyal olarak simetrik
olduğu küçük beyaz bir nokta vardı. h. Müziği bu evrenin içine yerleştirdim ve ya her yere
yayılmıştı ya da
aynı zamanda radyal olarak simetrik olan başka bir lekeden çıkan.
i. Tüm düşüncelerimin rüya olmadığının kontrolümde olduğunun farkındaydım ve uygulamaya başladım.
mantık; trans benzeri bir ilacın etkisi altındayken kendi kendime düşünmek gibiydi.
j. Aklımı evrende gezdirmeye çalıştıktan sonra vardığım sonuç, algısal duyular olmadan
algılayamayacağım ve her şeyin karanlık olacağı yönündeydi.

k. Aklımın iç gözlemsel bir bakış açısının daha uygun olacağı sonucuna vardım ve
şartlar altında açığa çıkar.
1.1 önceki düşüncede (j) zihnimin ilerlemesini sağlamak için kullanılan hareket yöntemini
sorguladı. Herhangi bir itme mekanizması tasavvur edemedim ve sadece uzayda sürüklendiğini
hayal ettiğimi fark ettim.

Machine Translated by Google

m. Zihnime baktığımda, normalde düşüncelerimin karşılıklı etkileşimini sağlayan dış düşman dünyanın artık mevcut olmadığının farkındaydım. İlacın etkisinin, düşüncelerim hakkında büyük bir "kendi kendine tutarlılık" sağlamak olduğunun ve etkisi altında objektif olmak için, geçerli sayabileceğim şeyleri kendi kendime incelemem gerektiğinin farkındaydım.

[Editörün notu: 6. ve 7. maddeler yazar tarafından kasıtlı olarak çıkarılmıştır.]

8. Müziğin kulağa nasıl geldiğini ve diğer girdilerimin nasıl etkilendiğini değerlendirirken, en basit tanımın "bir yumuşaklık süzgecinden geçmek" olduğu görülüyordu. 9.1 hiçbir canlı renk görmediğimin ve halüsinasyon görmediğimin farkındaydı ve şeyleri renkli hayal etmek için çok uğraşıyordum. (İstem dışı düşüncelerim siyah veya beyazdı.)
Normal renk algısı dışında hiçbir şeyi belirginleştiremedim.

[Editörün notu: 10'dan 19'a kadar olan noktalar yazar tarafından kasıtlı olarak çıkarılmıştır.]

20. İstediğim sonucu görselleştirdiğim ve daha sonra bu sonucu meydana getirebilecek değişkenleri devreye soktuğum bir problem olarak düşündüm. Harika bir görsel (zihinsel) algılanabilirliğim vardı; Neredeyse hiç çaba harcamadan neyin istendiğini, gerekli olduğunu veya mümkün olmadığını hayal edebiliyordum. On dakika gibi görünen bir sürede, klasik bir çözüm olarak kabul ettiğim (ve hala düşündüğümüz) bir çözüme sahip olarak sorunu tamamlamıştım. Ancak, bu çözümü mümkün kılmak için sorunun sınırlarını biraz değiştirdim. Sorun hakkında daha pragmatik olmaya karar verdim ve gerçek pratiklik kısıtlamasının getirilmesinde ısrar ettim. Bunu düşünmeye çok daha az istekli olduğumu fark ettim. Birini optimum verimlilikle çözmüştüm, taviz vermek istemiyordum—QED İdealizmime, görsel algıma ve çalışma hızıma hayran kaldım.

21. Soruna saldırdığım işleyiş biçimini inceledim. Aklımın bir bilgisayar gibi çalıştığını fark ettim ve "yerel düzeyde1 62

Machine Translated by Google

Operasyonda, olası çözümleri ararken sorunla ilgili bilinen tüm kısıtlamalar aynı anda uygulandı.

22.1 konsantrasyonun yoğunluğundan, güçlülüğünden ve coşkunluğundan etkilendi
hangi ile soruna doğru ilerleyebilirsiniz.
23.1 daha sonra rehberlerden biriyle odadan ayrıldı ve sonuçları o noktaya kadar tartıştı. O
orijinal soruna dönmemi ve ne yapılabileceğini görmemi önerdi.
24.1 geri döndü ve fotoiletkenlik sürecini değerlendirdi. Işık bir fotoiletkende emildiğinde ne olduğunu görselleştiremediğimi fark ettim. Kendi kendime "Işık nedir?" diye sormaya devam ettim. ve ardından, "foton nedir?" İkinci soruyu, her nefeste otomatik olarak eşzamanlı olarak söylenene kadar kendi kendime birkaç yüz kez tekrarladım. Muhtemelen hayatımda hiç bu soruyla yaptığım kadar yoğun bir şekilde kendime baskı yapmamıştım. Bir fotonun sahip olduğunu bildiğim tüm özellikleri görselleştirmeye başladım ve bir foton için bir model yapmaya çalıştım. Süreç uzun sürdü ve çileden çıkardı ama yavaş yavaş bildiğim kısıtlamaları karşılayan bir foton modeli oluşturdum. Foton, birbirine geçmiş bir senkronize sarmal yörüngede birlikte hareket eden bir elektron ve bir pozitron (pozitif elektron) bulutundan oluşuyordu.

Pozitron, bir elektrona eşit büyüklükte bir negatif kütleye sahipti.
Bu model, görselleştirme amacıyla uzayda vida benzeri bir şekilde yayılan siyah-beyaz bir topa indirgenmiştir. Modeli bilinen her türlü testten geçirmeye devam ettim: anlık E-alan gereksinimleri, kırınım ızgaraları, dielektrik refraktörler, akkor cisimlerde fotonlar üretme, onları katılarda ve ters taraflı bir fotodiyotta soğurma. Düşünebildiğim tüm testleri yapana kadar her test onu değiştirdi ya da değiştirmeden bıraktı.

Durumun saçmalığını düşündüm. Model çok kabaydı; Bir foton için bir model bulmaya başlamamıştım; türetmek son derece zordu ve yüzeysel olarak basit hale geldi ve daha önce bir foton olarak kabul ettiğim şeyle pek uyumlu değildi. Bunu ifşa etmekten neredeyse utandım ve çeşitli testleri tatmin etse bile kendime bunun ne kadar iyi olduğunu sordum. Sadece mantığım ve cevabım

Machine Translated by Google

beni daha fazla zorlamaya hizmet etti. Bu model, bir
foton, bildiğim her şey kadar gerçekti. Elbette, uzayda dönen siyah-beyaz topların basitleştirilmiş bir resim olduğunu fark ettim, ancak tüm kısıtlamaları karşılıyorlarsa^63 kullanılacak model buydu. Bu, gerçekte başka hiçbir şeyden farklı değildi. Model, dünyanın geri kalanının veya benim kişisel olarak ne düşündüğümden bağımsız olarak, uygulama için doğruydu.

Bu son rasyonalizasyon o zamanlar benim için özellikle önemliydi. Şimdi bile, soyut ama kendi içinde tutarlı bir şeyi kavramsallaştırmak için caydırıcı engellemelere karşı önemli bir argüman olduğunu düşünüyorum.

Modeli saatlerce geliştirdikten sonra (ve onu bir fotoiletkene uygulamak için birçok girişimde bulunduktan ve ancak zihnim tarafından reddedildikten sonra), onu tatmin edici bulmaya başladım. Şimdi bir yarı iletken için aynı süreçten geçmem gerekiyordu. Önemli varlıklar olarak pozitronlar ve elektronlarla (geleneksel deliklere ve elektronlara benzer) bir değerlik ve iletkenlik bandı resmi geliştirdim. Aynı çerçevede alıcılar ve donörler için safsızlık durumları ekledim ve dış tartışmalara dahil olduğumda yarı iletkenler için modelimi çeşitli testlerden geçirmekle meşguldüm.

Çalışma yöntemimi çeşitli aşamalarda düşündüm.

25. Sorunu bu noktaya kadar ele alırken, bir faktör açıktı: Herhangi bir şüphe olup olmadığını kanıtlamak için kendimi zorlamadığım tek bir varsayımda bulunmadım.
Normalde, fayda sağlamak için daha birçok önemsiz noktayı gözden kaçırırdım, ancak ilaç altında zaman önemsiz görünüyordu. Her olası şüpheli sorunla yüz yüze geldim. Gerçekten de, sürekli olarak hataları, safsataları vb. araştırıyordum.

26. Dikkate değer ikinci bir gözlem: Gerçekten başıma gelmemiş olsaydı, olanlara inanmazdım. İyi, kötü veya kayıtsız, sonuçlar beklentilerimin ötesindeydi.

27. Grup tartışmasından sonra eve götürüldük. Günün olaylarını aileye anlatmak için neredeyse bir saat harcadım. Daha sonra yatağa uzandım ve problem üzerinde çalışmaya devam ettim.

Machine Translated by Google

28. Yarı iletken modelin geliştirilmesi büyük bir çabayla tamamlandı ve sonunda foton modelini bir fotoiletken içinde absorbe ederek teste tabi tuttum. 29.1 sabah dörde kadar çalıştı ve devam etmek için çok motive oldu, ancak gelişen çok şiddetli bir baş ağrısıyla sınırlı kaldım. Bunu düşünmekte güçlük çekiyordum, ancak kaldığım yere geri dönmeye devam ettiğim için.

30. O akşam, fotoiletken modeliyle ilgili birkaç sonuca varıldı.
    a. Temelde model doğrudur, ancak fotoiletkenin istenen tüm karakteristikleri^4 dikkate aldığım reaksiyon kinetiğine ek fenomenler getirmeden tespit edilemez.

    b. Bir eksiton popülasyonu (elektronlar ve delikler), foto-uyarılmış taşıyıcıların çoğunluğunu içerir. Bu taşıyıcılar doğrudan iletkenlik mekanizmasına katılmazlar, ancak rekombinasyon süreçlerine hakim olurlar. Buna göre, gözlemlenen sonuçların belirlenmesinde çok önemli olmasına rağmen, bu popülasyonun ölçülmesi zordur. Bu noktanın, ilaçla modelin gelişimine yapılan belki de tek gerçek katkı olduğunu hissediyorum ve bunun böyle olma olasılığı daha önce fark edilmişti.

    Ancak, bu noktanın güvencesi artık çok daha belirgindir.

31. İlacın etkisi hakkında dikkate değer başka sonuçlar da vardır: a. İlacın etkisi altında onsuz yapılamayacak hiçbir şeyin yapılmadığını hissettim, ancak birkaç büyüklük mertebesinde daha fazla zaman. (Foton için modelin geliştirilmesiyle ilgili olarak bu ifadede bazı çekinceler vardır. Böylesine soyut bir değere sahip bir şey için tüm çabayı sarf etmek için hiçbir zaman motive olmamış olabilirim.)
    b. Uyuşturucunun etkisi altında türetilen kavramlarda bugüne kadar herhangi bir kusur bulamadım.... Belki de önemli bir gözlem, ilacın, normalde yapacağımın çok ötesinde, estetik açıdan merak uyandıran şeyi sürdürme motivasyonunu koruyor gibi görünmesidir. .... Her zaman, fakültelerimin tam kontrolü bendeydi. Çeşitli zamanlarda hayal edebildiklerim ve hayal edebildiklerimden farklı hiçbir gerçek dışılık görmedim.

Machine Translated by Google

c. Şu ana kadar devam eden genel bir gelişme olduğunu hissediyorum:
• Spesifik problemlere konsantre olma yeteneği. •
Hayattaki kısa ve uzun vadeli hedeflerime yönelik motivasyon (sürücü). • Sorunların
görsel olarak algılanabilirliği. • Yetersizlik olarak gördüğüm şeylere karşı hoşgörü
ve benimkinden önemli ölçüde farklı bakış açıları.

• Yorulmadan çalışabilme. mesela ben oturdum bunu yazdım
sadece birkaç ardışık saat içinde.
• Toplumun benim temel kişisel felsefeme aykırı kodlar oluşturduğu durumlarda kısıtlamaların genel
olarak azaltılması. Örneğin, böyle olağanüstü koşullar altında türetilen ve görünüşte çok yüzeysel olan
böyle bir foton modelini yaşıtlarımla tartışırken normalde utanırdım.

Wunderman'ın deneyiminin teknik yönleri, "A Kinetic Theory of Photoconductivity Decay Processes" başlıklı bir makalede tarif ettiği titiz bir teorik modelin geliştirilmesine yol açtı.

Machine Translated by Google

12

GRUP SORUN ÇÖZME OTURUMLARI

WILLIS HARMAN, Ph.D.

Bu yayınlanmamış rapor, 9. bölümde bildirilen daha başarılı oturumlardan önceki haftalarda grubumuzun yürüttüğü iki deneysel oturumu açıklamaktadır. Willis Harman ve ben, buraya dahil edilen ilk grubun üyeleriydik; bu nedenle, kişisel gözlemlerimi, uygun olduğunda italik olarak onun bu raporuna ekledim. Göreceğiniz gibi, bu oturumlar sadece orta derecede başarılıydı ve bu şekilde çalışırken yaşadığımız çeşitli sorunları vurguladı. Bu, genellikle yayınlanmayan bilimin özüdür. "Arama" dediğim şey bu. Ne yaptığınızdan veya ne bulmayı umduğunuzdan emin olmadığınızda olan şeydir. Genellikle yayınlanan şey olan "araştırma", konunuz hakkında çok daha fazla şey öğrendikten sonra, daha sonra gelenlerle ilgilidir. Ancak bu durumda, bu tür grup çalışması hakkında yayınlanmış çok az şey olduğundan ve birçok insan bunu hala gayri resmi olarak yaptığından, çalışmamızın bu ilk turunu da sunmak faydalı ve öğretici görünmektedir.

Bu, düşük dozlu, kolaylaştırılmış grup oturumlarından kaynaklanabilecek problem çözmedeki gelişme derecesini test etmek için düzenlenen iki grup problem Çözme oturumunun özet raporudur. İlk grup, elektrik mühendisliği, mühendislik tasarımı, mühendislik yönetimi ve psikoloji alanlarında profesyonel deneyime sahip dört kişiden oluşan, arka planda oldukça çeşitliydi. Dördünün de en az iki önceki LSD seansı vardı. Doz 50 mikrogram LSD idi ve öncesinde enerji vericiler vardı. (Birincil sorun alanı, yeni çocuk oyuncaklarının geliştirilmesiydi.)

İkinci grup, üçü elektrik ve biri mekanik altyapıya sahip dört araştırma mühendisinden oluşuyordu. Hiçbirinin daha önce deneyimi yoktu

Machine Translated by Google

psychedelics ile. Doz, enerji vericilerden önce gelen 100 miligram meskalindi.
Birincil sorun alanı, geliştirilmiş bir fonograf alıcı kartuşuydu.

Bu iki deneyim, bir dizi geçici sonuç önermektedir. Her iki durumda da, bazı grup üyeleri zaman zaman bireysel yaratıcı yeteneklerinin arttığını hissettiler. Her iki oturumda da, genel olarak, oturumun bir bölümünde grup iletişiminin ve birlikte çalışma yeteneğinin geliştiği hissedildi. Botlf6 vakalarında, yeteneklerinde gözle görülür bir gelişme hissetmeyen grubun bir üyesi vardı. Yaratıcı yetenek bir şekilde serbest bırakılmış gibi görünse de, atanan problemlerle bağlantılı olarak ortaya çıkan basit aritmetik hesaplamaları çözme gibi daha rutin bazı yeteneklerde bozulma olduğu ortaya çıktı. Her iki durumda da, sonraki günlere aktarıldı - bireysel üyeler, sorunlarla ilgili yeni fikirler aldı veya oturum sırasında ortaya çıkan özellikle ilginç fikirleri takip etti. Daha gerçekçi bir durumda, bu muhtemelen yeni kavramların rafine edilmesi ve muhtemelen prototiplerinin yaratılmasıyla sonuçlanacaktı.

Bu oturumların her ikisinde de grup, daha önceden seçilmiş olan ikinci bir sorun alanına kaydığında nispeten verimsizdi. Bu görünüşe göre kısmen motivasyon düşüklüğünden (ikinci problemler seçildiğinde ilginç görünmüş olsa da) ve kısmen de grup üyelerinin yorgun olmasından kaynaklanıyordu. Muhtemelen katkıda bulunan başka bir faktör de, her iki durumda da ikinci sorunun daha az spesifik ve somut, daha soyut ve genel olarak bu tür grup yaklaşımına daha az uygun olmasıydı.

Fantezi ruhu, özgürlük, serbest hareket ve spontane oyun, her iki grubun da yaratıcı enerjisini özgürleştiriyor gibiydi. Gözlemci olarak hareket eden (uyuşturucu almayan) ek bir kişi, grup üyelerinin soruna odaklanmalarına (karlı konu dışı konuşmalara izin verirken), grubun gözden kaçırdığı ve aksi takdirde geri dönemeyeceği önerileri toplamasına yardımcı oldu, ve belirli bir saldırının verimsiz göründüğü durumlarda ilerlemeye yardımcı olmak için. İkinci oturumda sağlanan büyük eskiz defterlerinin görselleştirilmiş cihazların ve süreçlerin iletişiminde çok yardımcı olduğu görüldü.

Machine Translated by Google

Dört katılımcıdan üçünün yabancı ülkelerde doğup eğitim gördüğü ikinci oturumdan tesadüfi bir gözlem, kişinin edindiği dilden (İngilizce) ziyade kişinin orijinal dilinde düşünmeye geri dönme eğilimi olduğuydu.

Karmaşık bir faktör, grubun diğer üyelerinin duygularına karşı artan hassasiyet olduğu ortaya çıktı. İlk oturumda, grupla birlikte hareket etmede zorluk yaşayan ve sonuç olarak kendisini oldukça "dışarıda" hisseden bir grup üyesine büyük ilgi gösterildi7. İkinci oturumda, bir üye, orantısız bir şekilde coşkulu katkısının diğerleriyle kendisi arasında bir engel oluşturduğunu hissettiğinde kasıtlı olarak geri çekildi. Genel izlenim, duyguların normalden daha büyük bir önem kazandığı ve planlanmamış bir gündem oluşturabileceği yönündeydi.

Bir Numaralı Oturum

İlk seansın ilk üç saati, bireysel olarak müzik dinlemek, hafif sohbet ve bir üyenin kaygısı ve zihin genişlemesinin engellenmesinin grup olarak iç gözlemsel incelemesi ile geçti. (Geçmişe bakıldığında, grup genel olarak, bir üyeyi katılamayacak durumdayken "yerinde" koymanın kötü bir uygulama olduğu konusunda hemfikirdir. Bireyin, diğerleri tarafından yargılanmadan, sessiz, engellenmiş, endişeli vb. olma özgürlüğüne ihtiyacı vardır. grup.)

Bu hazırlık döneminin ardından, gruba üzerinde anlaşmaya varılan sorun hatırlatıldı: yeni ve ticari olarak karlı oyuncakların, oyunların ve oyun alanı ekipmanlarının yaratılması. Oyuncakların keşfi teşvik etme, merakı teşvik etme ve bir başarı duygusu uyandırma anlamında eğitici olması gerektiği yönünde öneriler ortaya çıktı.

D Üyesi, annelerin, onu oynayan çocuğun gözetimi gerektirmeyen bir oyuncağı takdir edeceklerini ve böylece annenin ev işlerinde kesintiye uğramayacağını öne sürmüştür. Üye B, TV'nin bunu yaptığını, ancak

Machine Translated by Google

çocuk ve belki de tesadüfi veya kendiliğinden keşif olasılığı ile TV ile-oynadığınız bir oyun önerdi.

Üye D, bir TV programını izlemek ve katılmak için (belki de yerel süpermarkette) satın alınması gereken bir oyunun ticari olanaklarıyla ilgilendi. Üye A, botanik ve diğer bilim alanları ile ilgili özel programlarla birlikte "farkındalık kitleri" olasılığını önerdi. Bu ilgi görmüş ve çiçekler ve sebzeler gibi kolayca bulunabilen malzemelerin potansiyel kullanımı, bir "botanik kitinin" (örneğin, mikroskop, mikrotom, numuneler) içeriği, yaşam süreçlerini eylem halinde göstermenin istenmesi, çeşitli önerilerde bulunulmuştur. ve benzeri. Üye D>8 , önerilen algısal farkındalığı artırma amacıyla, belki bir botanikçi, bir biyolog, bir şair vb. bakış açılarından bakarak bir gül üzerine bir program örneğini önerdi. B Üyesi, örneğin bir gülün büyüme döngüsünün durdurulması filmleriyle birlikte, çocuğun deneyebileceği hızlı büyüyen bir mantar veya başka bir organizma ile ne yapabileceğinizi merak etti. Grup, bu noktada, bu fikrin o an için yeterince ileri götürüldüğüne karar verdi; daha sonra devam etmesi için bir botanikçi getirilebilir.

B Üyesi, grubun kendi vücuduyla ilgili bir merak duygusu geliştirmek için bir oyuncağı düşünmesini önerdi ve kas koordinasyonu gerektiren ve bir denge duygusunu teşvik eden bir şey gruba çekici geldi. Arka bahçede sörf yapmayı simüle etmenin bir yolu önerildi, ancak bu oldukça pahalı görünüyordu. Bir trambolinin çekici özellikleri not edildi; denge ve kas koordinasyonu gerektirir, zorlayıcı değildir ve "komik bir kaza" olasılığı da dahil olmak üzere çeşitli olasılıklara izin verir. Yumuşak bir yüzey üzerinde asılı bir tahta önerildi. Üye A, çocukken oduncuların logrolling yarışmalarını izlediğini hatırladı ve bunun bir arka bahçe versiyonunu önerdi.

Gelişen bir versiyon, helezon yaylarla desteklenen yataklar kullanılarak uçlara monte edilen ve kütüğün serbestçe dönmesine, aynı zamanda bükülmesine ve sallanmasına izin veren silindirik bir kütüktü. Çocuğun düşüşünü engellemek için kütüğün bir tür yumuşak yastıkla çevrelenmesi gerekir; önerilen bir varyant, bölümler arasında "kaka" bulunan hava dolu şilteler kullanmaktı.

Machine Translated by Google

düşüşün kaba bir gürültüyle sonuçlanacağını. Yüzme havuzları için başka bir versiyon, pürüzlü bir yüzeye sahip, iç bölmelerle donatılmış ve çocuğun üzerinde kalmasını biraz daha az "hızlı" ve daha kolay hale getirmek için kısmen sıvıyla doldurulmuş içi boş bir kütüktü.

Grup, küçük bir çocuğu uzun süre meşgul edecek bir yağmurlu gün oyuncağına geçmeye karar verdi. Üye A, bir arkadaşının küçük çocuğu için yaptığı dört ışık ve dört anahtardan oluşan basit bir oyuncağı hatırladı. Grup üyelerinden gelen çeşitli öneriler, bunun, ışıkları ve anahtarları farklı şekillerde kablolamak için arkada takılabilir kartı olan bir dizi ışık ve bir dizi anahtar fikrine dönüşmesine neden oldu. Bir oyun, rastgele bir devre düzenlemesi seçmek ve ardından tüm ışıkların yanmasına neden olacak şekilde anahtar ayarlarını deneysel olarak bulmaktan oluşacaktı. Bu oyuncağın çok küçük çocuklar için basit versiyonları ve yetişkinler için daha ayrıntılı ve zorlayıcı versiyonları olma olasılığı vardı.

Bir üye, elektrikli demiryollarının, özellikle erkek çocuklar için alışılmadık bir çekiciliğe sahip bir oyuncak türü gibi göründüğünü öne sürdü. Hangi özelliklerin bunu açıkladığı konusunda bazı tartışmalar oldu ve bazıları aynı özelliklere sahip başka oyuncaklar düşünmeye çalıştı.

Bu hemen üretken görünmediğinden, bir üye estetik duyarlılığı teşvik etmek için bazı oyuncakların değerlendirilmesini önerdi, ancak örneğin sadece bir sanat malzemesi kaynağından veya modelleme kilinden biraz daha yapılandırılmış olacaktı. Üye B, uzayın görsel farkındalığı üzerinde çalışmayı önerdi ve bu sonuçta bir "kendi mağaranı inşa et" kitinin önerisiyle sonuçlandı. Sandalyelerin, masaların ve battaniyelerin yapı malzemelerinin geliştirilip geliştirilemeyeceği sorusu gündeme geldi. Çocukların battaniyeleri sert, soğuk sunta veya karton panellere tercih etmeleri önerildi. Bu, dokunma duyusu ve dokunsal farkındalığı geliştirecek oyuncaklar hakkında bir tartışmaya yol açtı. B Üyesi, yalnızca dokunsal girdilerle oynanacak bir oyun önerdi: farklı türde dokular veya görsel izlenimleri ortadan kaldırmak için tuhaf göz bağları veya dokunsal kodlamaya sahip ucuz, vakumla oluşturulmuş kartlar.

Machine Translated by Google

Grup daha sonra ikinci sorun alanına geçmeye karar verdi, bu da soru olan, önümüzdeki on yıl içinde en çok hangi sosyal sorunların çözülmesini talep ediyor olabilir? Grubun, ulusal hedefleri incelemek için yürütme organı tarafından atandığını hayal etmesi önerildi. Başlangıç noktası olarak, "Toplum ne içindir?" düşünülmek üzere ortaya atıldı.

Hayatta kalma, psikolojik güvenlik ve diğer çeşitli cevaplar tartışıldı. Üye C ve diğerleri, gelişen teknoloji yoluyla kendimizi sürekli genişletmenin sorunlarını ve bunun sosyal etkilerini vurguladılar - doğal ve işlenmiş yaşamdan uzaklık70 rasyonel olma ihtiyacının duygu tepkilerinin batması, işin anlamını yitirmesi ve seri üretim yöntemlerinin insanlıktan çıkarıcı etkisi , diğerleri arasında. Merkezi bir sorun, manevi yoksulluk, anlam eksikliği ve temel yaşam süreçleriyle temasın kaybı gibi görünüyordu. Bu noktada, çok az grup düşüncesinin sürdüğüne dair çeşitli açıklamalar yapıldı; bunun yerine çeşitli bireysel bakış açılarının daha fazla ifadesi ortaya atılıyordu. Grubun oyuncak probleminde olduğu gibi "sallanmadığı" açıktı ve biraz daha spesifik bir şey üzerinde çalışma ihtiyacı hissettiler.

Üye C, genel sorunun daha spesifik bir yönü olarak şehir planlamasını önerdi.
Grup, Körfez bölgesi için bir planlama görevine sahip olmayı hayal etmeyi kabul etti, ancak iki üye şehir planlama sorununu çözme konusunda motive hissetmekte zorluk çekti. Tepelerin ve ormanlık alanların korunması, doğanın topluluklara kazandırılması, sosyal merkezleri olan Avrupa tipi topluluklar, ulaşım ve merkezi planlamanın fizibilitesi gibi çeşitli yönler tartışıldı. Üye D, grubun bu sorun üzerinde birlikte sorunsuz çalışamamasından dolayı hüsrana uğrayarak gruptan çekildi. Kısa bir süre sonra geri döndü, ancak bu arada grup genel olarak "tükendiklerini" kabul etmişti. Belirlenen sorunla ilgili aktif süre üç saat civarındaydı ve gayri resmi tartışma birkaç saat sonra devam etti.

Machine Translated by Google

Bu raporun dışında bırakılan zaman, fiziksel beceri ve farkındalığı artıracak bir şey yaratma ihtiyacı hakkındaki tartışmadan doğan başka bir oyuncak için harcanan zamandı. Küçük bir çocuğun idrar akışıyla onu hedefleyebilmesi için tuvalete atılabilen küçük bir kağıt şamandıra fikri bulduk. O zamanlar, sadece tek kullanımlık "çiş oyuncakları" fikrinden memnunduk, ancak asla orijinal rapora girmediler. Ayrıca, genel grup çalışmasında, insanların sonuçta gerçekten paylaşmadığı, ancak pratik ve basit fikirler üretmenin ne kadar kapsayıcı olması gereken bir sonraki çözüm düzeyine inmenin daha zor olduğunu gördük. fikir üretme.

İkinci Oturum

Uyarı: Bu oturum çok daha teknikti ve takip etmesi zor olabilir. Daha da kötüsü, ilk sorun -fonograf kartuşlarını ve iğnelerini iyileştirmenin yolları- şimdi çözüldü. Bu teknolojiye aşina olmayanlarınız için, bir iğne ve bir fonograf kaydındaki sorun, plak her çalındığında, iğnenin ve plaktaki oyukların aşınmış olmasıdır. Ancak önerilen çözümleri takip ederseniz, lazer ışını ile okunan CD'nin sonraki icadının bu seansta çeşitli şekillerde haber verildiğini görebilirsiniz.

İkinci sorun, bir analog depolama aygıtı tasarlamak, teknik olmayanlar için takip etmesi kolay değildir. Bu oturum, bir önceki oturumda olduğu gibi, başarı için gerekli olan niyet ve hazırlık türlerinin altını çizdi. Ayrıca, göreceğiniz gibi, sorunlar genelleştikçe ilgi de azaldı.

Psikedelik ajanın uygulanmasından sonraki ilk saat gayri resmi sohbette ve sonraki saat ve dörtte üçü de konuşmadan müzik dinlemekle geçti. Bu dönemin sonlarına doğru, ses sistemine genel olarak rahatsız edici bir bozulma girdi.

İlk atanan sorun, daha az bozulma ve daha az plak aşınması üreten geliştirilmiş bir fonograf alıcı kartuşunun tasarımıydı. Üye H,

Machine Translated by Google

Müziğin son bölümünde (bozulma başladıktan sonra), kendini canlı bir şekilde, oyuk yüzünün dalgalanmaları tarafından ileri geri sallanan iğne olarak hayal etmişti ve bunu en üzücü buldu. Oluğun üzerinde uçarken çok daha iyi hissettiğini ve bir şekilde yüzey değişikliklerini algıladığını keşfetti - bir şekilde araziyi bir yankı iskandiliyle haritalayan bir uçak gibi.

Üye G, algılama için konsantre bir ışık veya ultrasonik ışın kullanılmasını önerdi. Bu, takip eden tartışmada uzun uzadıya geliştirildi. Sorunun iki parçası olduğu ortaya çıktı: kanalı izlemek için "uzay platformunu" almak ve kanalın kenarlarından etkilenen iki stereo kanaldan bilgi almak. Muhtemelen iki bilgi sinyali arasındaki fark düzeltilebilir ve izleme için kullanılabilir. Yansıyan ışından bilgi sinyalinin elde edilmesi için , genlik, faz kayması, Doppler kayması, taşıyıcının faz veya genlik modülasyonu veya darbelerin genliği veya gecikmesinin algılanması dahil olmak üzere çeşitli yollar önerildi. Bunlardan birkaçının işe yarayabileceği anlaşıldı, ancak bunların karşılaştırılması, en iyi bu grup oturumu dışında yapılacak türden bir analiz gerektiriyordu.

Üye E, iğneyi tamamen ortadan kaldırmanın gerçekten ne kadar önemli olduğu sorusunu gündeme getirdi. Plak aşınması bir sorundur, ancak oluklara daha hafif dokunularak azaltılabilir. Üye G, toplama kolunun bir hava yastığı üzerinde yüzmesini önerdi (kartuştan aşağıya doğru yönlendirilmiş bir hava akımı kullanarak). Bu, gerçekten dokunmadan iyi bir mekanik temas sağlamak için kayda bir miktar ağırlık konmasına izin verecektir. Çok hafif bir iğne, oluk kenarlarında minimum mekanik kuvvet ile varyasyonları takip edebilir. Hareketli parçanın kütlesini son derece düşük tutarken iğneden bilgi elde etmek için manyetik bobinler veya ışık huzmeleri kullanmak gibi çeşitli yöntemler düşünülmüştür. Bir öneri, merkezinden aşağı doğru zorlanan küçük bir hava akımı ile oluğu kapalı tutan içi boş bir iğne kullanmaktı, böylece iğnenin bile yüzey değişimlerini takip ederken oluk kenarlarına gerçekten dokunmasına gerek kalmayacaktı.

Bu noktada, düz bir mekanik sisteme geri dönmek, ancak hemen üzerinde asılı bir kartuşta iki hafif iğne sağlamak için alternatif bir öneri enjekte edildi.

Machine Translated by Google

kayıt yüzeyi. Bir lokomotifteki bir kılavuz kamyon gibi toplama iğnesinin önünden geçen ilk iğne, toplama bobinleri aracılığıyla kartuş tutucuyu hareket ettirmek için bir servo sistem için bir sinyal sağlayacaktır. Oluğun arkasından gelen ikinci iğne, iki bilgi sinyalini alacaktır. (Bu işlevlerin tek bir iğnede birleştirilmesi olasılığı not edildi.)

Üye H, kapasitif alıcının düşünülebileceğini belirtti ve bir fonograf iğnesi olarak ne kadar rahatsız hissettiğini tekrar hatırladı. "Olukta ne zaman rahat hissedersin?" diye sordu Üye F. E Üyesi şimdi kendini "uzay platformundan" sarktığını, bir ayağını oluğun her iki yanında, bir kaykay üzerindeymiş gibi, oluk yüzeyini takip ettiğini hayal ettiğini bildirdi. "Sansasyonel! Bir sirkte iki ata binmek gibi" dedi. "Oluk oldukça büyük görünüyor. Sorun nasıl yapılacağı ve eğlenceli hale getirilmesi. " Üye H, iğne olarak sevmediği en önemli şeyin, oluk yüzeyindeki tümseklerin ve dalgalanmaların kendisine çarpacağı beklenmedik durum olduğunu kaydetti.

F Üyesi, eğer yolun üzerinde gidiyorsanız, ileriyi görebileceğinizi ve değişiklikleri tahmin edebileceğinizi söyledi. Bu yaklaşım daha fazla araştırma yapılmadan düşürüldü.

Hareketin iki kareleme bileşenini tek bir iğnede algılamak yerine iki kanal için ayrı başlatmaların kullanılmasına ilişkin satırlar boyunca birkaç öneri daha vardı. Ancak tartışma durgun görünüyordu ve gözlemci ikinci soruna geçmeyi önerdi. (İlk problem için harcanan zaman yaklaşık iki saatti.)

İkinci sorun, analog (yani, dijitalle karşılaştırıldığında sürekli) bilgilerin depolanması için bir öğe tasarlamaktı. Örnekler, elektrik yüküyle orantılı bilgileri depolamak için bir kapasitör ve elektrolitik kaplamaydı. Düşük sürüş gücü, küçük boyut, makul maliyet, tahribatsız okuma ve silinebilirlik istenen özellikler olarak verildi; daha az önemli olmasına rağmen doğrusallık da dahil edildi.

Üye F, analog bilgilerin doğada nasıl depolandığını sordu. Üye G, genetik bilginin dijital biçimde olduğunu kaydetti. Üye H şuna benzer bir şey önerdi:

Machine Translated by Google

"dondurucu" iyonlar, bir elektretteki polarize olabilen iyonların oryantasyonu gibi. Bir vidicon TV verici tüpünün çalışmasıyla ilgili çeşitli olasılıklar değerlendirildi.

Üye G, opak iyonize parçacıkların sınırlı hareket özgürlüğüne sahip olduğu şeffaf bir malzeme ile doldurulmuş, her iki ucunda elektrotları olan bir hücre tanımladı. Elektrotlara uygulanan bir voltaj, parçacıkların bir uca doğru hareket etmesine neden olarak, bir fotosel tarafından algılanan ışık iletimini etkiler.

Bir manyetik alanın veya bir alandaki manyetik parçacıkların dönmesi de dahil olmak üzere, incelenecek diğer fiziksel fenomenler için çeşitli başka önerilerde bulunuldu; manyetik bir malzemede alan duvarlarının kayması; ve içinden parlayan ışık miktarıyla algılanan, çapı sinyalin genliğine bağlı olan bir delik. Gözlemci bu noktada bunun dışında kalamadı ve uygun bir analog nicelik olarak frekansı önerdi?4 muhtemelen bir sinyal darbe girişi frekansında salınımları başlatacak ve sürdürecek koşullu kararlı doğrusal olmayan bir devre düzenlenebilir. Bundan kısa bir süre sonra oturumun sona erdiği açıklandı. (İki problem için harcanan toplam süre yaklaşık üç buçuk saatti.)

Hiçbiri psychedelics ile daha önce deneyime sahip olmayan grup üyeleri, hissettikleri gelişme miktarına ilişkin görüşlerinde farklıydı. Üye E, yaratıcılık seviyesinin asla normal normunun üzerine çıkmadığını hissetti. Seansın ilk bölümünde, "eğer bir şey varsa, ben standarttan daha düşük bir seviyede çalışıyordum ... daha sonra, her zamanki standardıma göre çalıştığımı hissettim" dedi. Diğer uçta ise, grupla alışılmadık derecede iyi çalışabildiğini hissettiğini bildiren Üye G vardı. "Fikirler nefes kesici bir hızla ortaya çıktı.... H'den çok daha hızlı düşünebildiğim için çok memnun oldum. Normalde durum böyle değil."

Düşünülen Gelecek Deneyler

Mevcut duygu, yaratıcı grup problem çözmeye yönelik bu yaklaşımın önemli bir vaatte bulunduğu ancak bazı beklenmedik problemlerin olduğudur. Çözülmemiş soru şudur

Machine Translated by Google

Önceki bir büyük doz psychedelic deneyiminin (olumlu veya olumsuz anlamda) küçük dozlu problem çözme seanslarındaki performansı ne ölçüde etkilemesi muhtemeldir.
(İkinci Oturumdaki katılımcıların dördü de önümüzdeki birkaç ay içinde büyük doz deneyimleri yaşamayı planlıyor, ardından karşılaştırma için başka bir küçük doz, problem çözme oturumu planlanıyor.) Etkili kullanımı optimize etme sanatının daha da geliştirilmesi gerekiyor. birkaç saat yaratıcılığın zirvesi.

Bu rapor yazıldığında, sonuçlar göz önüne alındığında, hiçbirimiz hükümetin bu araştırma hattını durduracağını hayal edemezdik. İkinci Oturumda aynı dört kişiyle beklenen sonraki oturum gerçekleşmedi. Bunun bir nedeni, bu tür bir oturumun yüksek düzeyde entelektüel çalışmanın mümkün olduğunu kanıtladığını, ancak kendi teknik sorunlarını çözme konusunda güçlü bir arzuya sahip bireylere odaklanarak bekleyebileceğimizi (ve bunun böyle olduğunu gördük) karar vermemizdi. true) daha etkileyici ve raporlanabilir sonuçlar.

Son bir tarihsel not: Burada bildirilen iki grup, oluşturduğumuz ilk gruplar değildi)75 Bir psychedelic'in geleneksel bilimsel sorunlara odaklanmak için kullanılıp kullanılamayacağını test eden ilk grup kendi ekibimizdi. Kendimize verdiğimiz problem, hipotezi test etmek için deneysel bir protokol tasarlamaktı. Başka bir deyişle, dördümüz bu bölümlerde anlatılan çalışmayı bir psikedelik aldıktan sonra geliştirdik. Sonuçlardan biri, işe yarayıp yaramayacağını görmek için çok istekli olduğumuz için, daha sonra başarının merkezi bir kriteri haline gelen bir soruna ne kadar önem verildiğinin değişkeni asla ortaya çıkmadı.

O akşam, bu maddelerin bilinç üzerindeki etkilerine, özellikle de yaratıcılık konusundaki görüşümü sonsuza dek renklendiren bir içgörüye sahiptim. Sözde algısal sabitliklerin gerçek görsel algılarımı geçersiz kılmadığını gözlemledim. Görsel bir sabitlik, beynin, gerçek temsilin değişmesine rağmen bir görüntüyü değişmeden tutma kapasitesidir. Örneğin, bir adam bir kapıyı açar ve diğer ucunda siz otururken uzun bir odaya girerse, görsel olarak gördüğünüz, size yaklaştıkça hızla büyüyen küçücük, küçücük bir insandır. Ancak, zihninizin bunu çevirdiği şey, kişinin yaklaştıkça aynı boyutta görünmesidir. Bu

Machine Translated by Google

algının yeniden düzenlenmesi devam ediyor. Sessizce oturup bir direğe bakarsanız sabit kalır; gözlerinizi gözlemleyen biri sürekli küçük değişen hareketler görse bile, başka birinin gözlerinde gördüğümüzde "parıltı" dediğimiz şey.

O akşam kendi sabitlerimin gevşediğini gözlemlerken, insanın hayatta kalması için temel olan böylesine temel bir filtreleme ve yeniden düzenleme süreci bir kenara bırakılabiliyorsa, o zaman düşüncelerimizin etrafında tuttuğumuz filtrelerin olduğunu varsaymanın mantıklı göründüğünü fark ettim. örneğin tutumlar, önyargılar, ketlemeler, zorlamalar, dil, kültürel anlaşmalar, bir kenara bırakılabilir ve bu yeni temelin farkındalığa yol açmak için kullanılan yöntemlerin çoğu, aslında bunun yerine "yaratıcılık olmamayı" azaltmanın yolları olabilir ve normal farkındalığın çok daha akıcı ve esnek ve övgüye değer olduğu yenilikçidir.

Machine Translated by Google

THE LOOK DERGİSİ DENEYİ

California Sorununu Tasarlamak

GEORGE LEONARD

Bu bölüm George Leonard'ın 1988 tarihli, Walking on the Edge of the Edge adlı kitabından alınmıştır.

World.1 1966'da George, Look dergisinde kıdemli bir editördü ve anlattığı olaylar, grup problem çözme deneylerinin en başarılılarını temsil ediyor. Birçok yönden, mümkün olabileceğini düşündüğümüz şey için bir modeldir: insanlar kendi fikirlerine olan bağlılıklarını bırakıyor ve fikirlerin doğal bir evriminin gerçekleşmesine izin veriyor.

Psikedelikleri bu şekilde kullanma konusunda bana en sık sorulan soru, yaratıcı yükselişin devam edip etmediğidir. Bu bölümün ikinci kısmı, seansı takip eden haftalarda Leonard'ın deneyimlediği yüksek enerjili yan etkilerin tanımlarını içerir.

LSD cini şişeden çıkmıştı ve yetkililer giderek daha fazla alarma geçiyordu. Gençlerin asit atmaları ve sonra bir dans salonuna ya da eğlence parkına gitmeleri, paylaştığım LSD kavramını kesinlikle kutsal bir ilaç olarak yok etti.

Bir sabah International Foundation for Advanced Study için psikolojik araştırmacı olan Jim Fadiman aradı ve üzerinde çalıştığım belirli bir yaratıcı sorunum olup olmadığını sordu; eğer öyleyse, Paul Fusco [fotoğrafçıya bak] ve benim psychedelics ile yaratıcı problem çözme üzerine bir deneye katılmamızı istiyor. Şey ... California sayısının açılış ve kapanış yazılarına eşlik edecek resim portfolyoları vardı. "Bunu yapmalı" dedi...

Machine Translated by Google

Ancak bu yolculuğa çıkmaya pek hevesli değildim. Fadiman "Dilerseniz Mike1'e sorabilirsiniz " dedi, belki de isteksizliğimi sezerek. "O oldukça iyi bir yaratıcı problem çözücü."

Deneyden önceki gece, Stanford Üniversitesi'nden çok uzak olmayan vakfın ofisleri ve konferans salonlarında, araştırma projesi ve bu projedeki rolümüz hakkında [bilgi aldığımız] bir araya geldik.

Geceyi yakındaki bir motelde geçirdik ve sabah 7:30'daki seans için rapor verdik. Başka bir brifingden sonra, küçük bir gümüş tepsi üzerinde minyatür gümüş kupalar [önerildik]. Bardaklarda küçük beyaz haplar vardı. Trigerler bardaklarla birbirimize kadeh kaldırdık ve hapları yere attık. Daha sonra kanepelerin ve minderlerin olduğu bir odaya yönlendirildik. Stereo kulaklıklarla donatıldık ve ardından minder gibi olan halı kaplı bir zemine uzandık.

Sonraki dört saat boyunca, bu seans için kaydedilmiş bir müzik programını dinledik: Bach'ın flüt sonatları, Rimsky-Korsakov'un Scheherazade, bir dizi Hint ragası. Hint müziği başladığında, evrendeki her şeyin birbirine bağlılığı olarak sitarın karanlık kıvrımını ve sonsuz dokumanın yükseldiği Temel Zemin olarak tamburanın sürekli vızıltısını deneyimledim. Kendi bağımsız varoluşum, sonsuz sayıda benzer kıvılcım arasında yalnızca bir kıvılcım haline geldi, hatta o bile değil, sadece zamandan ve mekandan tamamen bağımsız bir tür genelleştirilmiş farkındalık oldu.

Sonra -aniden, beklenmedik bir şekilde- parlak bir majör akor, bir dizi yükselen majör triad, bir kilise orgunun tam boğaz sesi: bir Handel org konçertosu! Ve orada, altın renkli vitray pencerelerinden içeri altın rengi güneş ışığı sızan büyük bir Gotik katedraldeydim. Tüm karanlıklar, tüm kıvrımlar göz açıp kapayıncaya kadar gitmişti , sadece bu açıklık, bu altın ışık vardı....

Müzik bittiğinde, germek, oturmak ve çalışmaya hazırlanmak için uzun gibi görünen bir zaman harcadık. Mike zaten birkaç not almıştı. Paul ve ben not defterlerimizi ve yerleşim sayfalarımızı aldık ve başlamaya hazırdık.

Konuşmaya başlamadan birkaç dakika önce, tüm düzeni zaten görselleştirmiştim: her birinde yalnızca bir veya iki çok büyük resim bulunan üç adet iki sayfalık renkli resim.

Machine Translated by Google

yayılmış. İlk yayın "Bütün insanlar kardeştir" temasını ifade ediyordu ve siyah ve beyaz insanlardan oluşan neredeyse tek renkli büyük bir resimden oluşuyordu. İkinci yayılma bir tema olarak geleceğe sahipti. Sol tarafta büyük bir ateş tüketen gamalı haçlar, silahlar, bombalar ve füzeler, sağ tarafta ise koyu erik tonlarında tüm ırkların uyum içinde yaşadığının bir resmi vardı. Son yayının teması "Şimdinin sevinci" idi. Solda, yeşillikler ve altın çiçeklerle dolu bir yatakta çıplak, güzel bir genç kadın vardı. Sağda, ölümü temsil eden belirsiz bir yüzün üzerine bindirilmiş bir haç vardı ve arkasından altın bir ışık akıyordu. Sevinç ve ölüm bir şekilde ya zıt ya da tamamlayıcı bir ilişki içinde birlikte gidiyor gibiydi.

Meslektaşlarım bu vizyonu coşkudan daha az bir şeyle karşıladı. Yavaş yavaş, oldukça kötü olduğunu anladım, bu da onu daha güçlü bir şekilde savunmamı sağladı.
Paul, resimlerin sembolik değil, özellikle de önerdiğim klişeleri değil, insani terimlerle kalması gerektiğini söyledi. verdim; erken çözümüm sadece kötü değildi, aynı zamanda korkunçtu.

Mike evi bir metafor olarak buldu. Amerika'nın hiçbir zaman gerçekten 9
bir ev buldu. Tek ev Tanrı'dadır, ancak bunun farkına varmayan Amerikalılar, bir yanda konfor ve güvenlik, diğer yanda macera ve genişlik arasındaki kutupluluğa sonsuza kadar hapsolmuşlardır. Evin Tanrı olduğunu anlayana kadar ikisini de asla bulamayız.
Yeterince iyi, ama bu hangi resimleri önerdi? Pavlus ev kavramını aileden çok Tanrı'da gördü. En azından bir aile fotoğrafı çekebilirsin.
Sohbetimiz gitgide daha geniş çevrelerde hareket etmeye başladı: uzay programının macerasına ve genişliğine; bir çocuğun doğumunu ahlaki bir seçim haline getiren hap için; neredeyse her seçimi potansiyel olarak ahlaki bir seçim haline getiren teknolojinin ezici gücüne; örf ve ahlaktaki patlayıcı değişikliklere tepki olarak bir polis devleti olasılığına; örneğin dergideki geri bildirim kartları da dahil olmak üzere okuyucuyu dahil etmenin yeni yollarına. Sayının başlığı "Kaliforniya: Yeni Kuralları Olan Yeni Bir Oyun" idi, ancak garip bir şekilde, en temel temalara geri dönmeye devam ettik: ev, aile, Tanrı...

Machine Translated by Google

Öğleden sonra tam seansımız bitmek üzereyken Jim'in karısı Dorothy geldi. Özellikle çarpıcı gözleri olan hoş bir kadındı. Paul, Jim'e ilk baktığında, onun ifadesinde bir şey gördü, bir tür kendinden geçmiş yakınlık ve bu, kendisine göre, resim portföyü sorununu tamamen çözmüştü. Ertesi günü önce Dorothy'nin sonra da Jim'in fotoğraflarını çekerek geçirdi. İki gün sonra Paul elinde bir dizi slaytla ofise geldi. Oradaki herkes, reklamcılar da dahil olmak üzere, onları görmek için karanlık bir odada toplandı. Dorothy'nin altın akasya çiçeklerine bakan, gözleri şaşkınlıkla açılmış ve Dorothy'nin Jim'i kucaklayan altın hardal çiçeklerinden oluşan bir tarlada yakın çekimleri vardı. Resimler çok etkileyiciydi. Çiçekler ekranda erimiş altın gibi yanıyordu. Dorothy'nin yüzündeki ifade, pervasız "Şimdinin sevinci" cümlemi tamamen haklı çıkardı.

Şampanya için gönderdim ve Paul'e, California sorununa ve geleceğe kadeh kaldırdık. Psychedelics seansımız ve altı saatlik yaratıcı problem çözme seansımız Paul'ün Dorothy Fadiman'ın fotoğraflarını çekmesi için gerçekten gerekli değildi. Yoksa onlar mıydı? Her durumda, işler mükemmel bir şekilde yürümüştü. Bir lütuf halinde hareket ediyor gibiydik ve hiçbir şey, kesinlikle hiçbir şey ters gidemezdi.

[Birkaç gün sonra], Pazartesi sabahı, Mike ve ben , konuyla ilgili son rötuşları yapmak üzere Paul ve T. George Harris'e [Leonard'ın en yakın amiri] katılmak için [New York City'deki] Look ofislerine girdik.

Aslında işler çok iyi durumdaydı. Eğer coşkunun biraz gerisindeysek, biz de çok iyi organize olduk; tüm hikayeler evdeydi ve programın ilerisindeydi - herhangi bir dergi için nadir bir durum. Aslında bu, yayın kurulu üyelerine iki kolay hafta verdi ve on birinci kattaki herkes tatil havasındaydı. Küçük grubumuza gelince, sanki bir büyü altındaydık, ateşin içinde yürüyebiliyorduk ve hayatın tümü harika bir oyundu.

Machine Translated by Google

San Francisco ofisine döndüğümde, iki fotoğraf portfolyosunun alt yazılarının yanı sıra iki makale yazmak için üç haftam vardı. Fotoğraflar ve düzenler zaten yazıcıya gönderilmişti. Sözcükler, her zamanki gibi, kendilerine ayrılan alana tam olarak sığmalıydı.

Otuz milyondan fazla okuyucu için Look dergisi için yazıyordum . Yazdıklarım doğruydu. Trendler kuşkusuz vardı, ama aynı zamanda kişisel bir rüya hakkında yazıyordum. Kapanış yazısının sonuna yaklaştığımda, yeniden yükseklere uçuyordum ve yıllardır düşündüğüm fikirler dökülüyordu... Kapanış paragraflarını yazarken, tamamen beklenmedik bir damalı bayrak gördüm. önümde el sallayarak, zaferli bir bitişin sinyalini veriyordu.

Bu noktaya kadar, Esalen [Big Sur'daki ilk ve en önemli "büyüme merkezi"] ve diğer benzer California kurumlarına odaklanan fikirlerin ve faaliyetlerin mayalanması, önemli bir kamu bilgisi düzeyine ulaşmamıştı. Milyonlarca insan bunları ilk olarak Look dergisinin 28 Haziran 1966 sayısında öğrenecekti . Bu konu bir röportajsa, aynı zamanda bir manifestoydu ve bir miktar tartışmaya yol açacağını tahmin edebilirdim. Ama bu sayının gazete bayilerine çıktığı gün olan 14 Haziran 1966'da çıkacak olan fırtına hakkında hiçbir fikrim yoktu.

1966 yazı derinleşirken, 14 Haziran'ın hayatımda çok önemli bir gün olduğunu giderek artan bir kesinlikle anladım. Yeni kurallara sahip yeni bir oyuna Bak'ın bir sayısını üretirken , eski oyunun yazılı olmayan bazı kurallarını ortaya çıkarmıştım. Ve kendime yeni kuralları olan yeni bir oyun yaratmıştım. O zamanlar, on yıl sona ermeden, ulusal yönetimin onaylamayacağını ve Look'un genel yayın yönetmenine beni kovması için bir milyon dolar teklif edileceğini bilmiyordum, ama hiçbir şeyin eskisi gibi olmayacağını biliyordum.

Machine Translated by Google

14

ALGI KAPILARINI KAPATMAK

Araştırmanın Bittiği Gün

1966'da ülke çapında aktif olarak LSD'yi araştıran yaklaşık altmış proje vardı.
Bazıları terapötik araştırmalardı: Los Angeles'taki California Üniversitesi'nden biri, otistik çocukların iletişim kurmasını sağlamada dikkate değer bir başarı gösterdi; diğerleri maymunlardan farelere ve balıklara kadar hayvanlarla, hatta böceklerle çalışıyorlardı. Örümcekler, farklı psikedelikler verildiğinde kökten farklı web tasarımları yaptıkları ortaya çıktı. Bir yıl önce, psikiyatrist Jolly West bir file, bir fili öldürmeye yetecek kadar LSD verdi.
Doz, herhangi bir insanın aldığının veya alacağının birkaç yüz bin katıydı.

Bu iyi rapor edilen felaket bile araştırmaların dünya çapında devam etmesini engellemedi.
LSD'nin geliştiricisi olan Basel, İsviçre'deki Sandoz Pharmaceuticals, yakın zamanda ilk bin insan çalışmasının özetlerini kullanıma sunmuştu. LSD, dünyada en çok çalışılan psikoaktif ilaçtı. Bu bölüm, "Kapıların Açılması" bölümünden düzenlenmiştir.
Perception", Karen Manners Smith ve Tim Koster tarafından düzenlenen Time It Was: American Stories from the Sixties1 kitabında .

Tarih 1966'nın başı. Dördümüz bir masanın etrafında oturuyoruz, özel bir teslimat mektubunun içeriğine cevap vermek için seans odasından bir anlığına çağrıldık. Odaya dönünce, dört adam kanepelerde ve minderlerde yatıyor, siperlikler gün ışığını engelliyor, stereo kulaklıklarda bir Beethoven yaylı çalgılar dörtlüsü duyuyor. Kıdemli bir bilim adamı olan her adam, yaklaşık iki saat önce 100 mikrogram LSD (düşük doz) almıştı. Bu adamlardan ikisi Stanford Araştırma Enstitüsü için farklı projeler üzerinde çalışıyor, bir diğeri

Machine Translated by Google

Hewlett-Packard, sonuncusu bir mimar. Teknik sorunları çözmek için son derece kalifiye, yüksek saygı duyulan ve son derece motive olmuş kişilerdir. Her biri en az son üç aydır üzerinde çalıştığı ve çözemediği sorunları bu oturuma getirdi.
Hiçbirinin psychedelics ile önceden deneyimi yoktu. İki saat sonra, siperliklerini kaldırmayı, kulaklıklarını çıkarmayı, müziği kapatmayı ve muhtemelen dokunmayacakları parmak yiyecekleri vermeyi planlıyoruz. Ardından,}83'ün çözmek için geldiği sorunlara odaklanmalarına yardımcı olacağız . Onlar yürüttüğümüz beşinci veya altıncı grup. Federal hükümet, bu çalışmayı, halen incelenmekte olan ve ticari olarak mevcut olmayan bir ilaç olan "yeni bir ilacın" deneysel kullanımı olarak onayladı.

LSD iki şekilde dikkat çekiciydi. Birincisi, mikrogramlarda etkiliydi (gram dozunun milyonda biri). Bu onu şimdiye kadar keşfedilen en güçlü maddelerden biri yaptı. İkincisi, algıyı, farkındalığı ve bilişi kökten değiştirme etkisine sahip gibi görünüyordu, ancak tahmin edilebilir bir şekilde değil. Bu sonuçlar yalnızca uyuşturucunun etkilerine değil, aynı zamanda deneklerin durumuna da -ilaç altında deneyimleyecekleri hakkında söylenenlere ve bilim için daha da ilginç olan zihin-- bağımlı görünüyordu. Araştırmacının, herhangi bir çalışmada deneklere bir bakış açısı iletip iletmediği.

Kısacası burada, etkileri kısmen hem deneğin hem de araştırmacının zihinsel beklentilerine bağlı olan bir madde vardı. Çalışmalardaki insanlar genellikle derinden terapötik, mutluluk verici ve yaşamı değiştiren, içerik olarak dini veya mistik gibi görünen deneyimler yaşadılar, ancak aynı zamanda son derece rahatsız edici, kafa karıştırıcı veya korkunç deneyimler de yaşayabilirler. Deneyimin sonraki etkileri, bir kimyasalın beyinden ve vücuttan geçişinden çok öğrenmeye benziyordu. LSD şişedeki cindi ve ülkenin her yerinde ve artan sayıda dış laboratuvar ve araştırma kurumunda da LSD şişeleri vardı.

ABD Gıda ve İlaç İdaresi'nden bu özel teslimat mektubu geldiğinde, henüz hiçbirimiz LSD araştırmacılarının ilk konferanslarının çoğunun CIA tarafından örtülü olarak finanse edilen vakıflar veya ABD Ordusu tarafından finanse edildiğini bilmiyorduk.

Machine Translated by Google

ordunun masum üyelerine, mahkumlara, hatta kendi personelinden bazılarına psikoaktif maddeler veriyordu. Ordu veya istihbarat teşkilatları tarafından yürütülenler hariç, ülkedeki her projenin aynı gün benzer bir mektup aldığını da bilmiyorduk.

California, Menlo Park'ta, International Foundation for Advanced Study'nin ofislerinde otururken, biz dört artı küçük bir destek personeli, bu materyalin evrenin rasyonel ve analitik bölümlerinin işleyişini iyileştirebileceği hipotezini test etmek için tasarlanmış4 tek çalışmayı yürütüyorduk. akıl. İnsanları renklerin ve biçimlerin şaşırtıcı iç manzaralarına veya mistik keşif maceralarına veya psikopatolojik terör maceralarına yönlendirmek yerine, kişisel yaratıcılığı ölçülebilir şekillerde geliştirmek için LSD'nin kullanılıp kullanılamayacağını bulmaya çalışıyorduk.

Kanada'da, LSD'nin güvenli ve destekleyici bir ortamda uygulandığını gösteren, uzun süreli alkoliklerin içki içme oranını yüksek oranda azalttığını gösteren bir dizi çok başarılı çalışma olmuştu. Güney Kaliforniya'da Dr. Oscar Janiger tarafından yürütülen diğer araştırmalar, sanatçıların çalışmalarının bir LSD seansı sırasında kökten değiştiğini ve daha sonra sıklıkla değiştiğini gösterdi. Ancak sanat dünyasında ve bilim dünyasında bu sanatın "daha iyi" olup olmadığı konusunda bir tartışma vardı. Ekibimiz, yaratıcı sürecin başka bir yönüne - teknik problem çözme - bu aracıların kullanılmasının yardımcı olup olmayacağını görmek istedi.

Şimdiye kadarki çalışmamızda yanıt kocaman bir "evet" oldu. Katılımcılarımız kadar biz de seanslarımızdan ne kadar çok yeni ve etkili çözüm çıktığına şaşırdık. Müşteri şirketler ve araştırma kurumları sonuçlardan memnun kaldılar (nasıl oluştuğu konusunda tam olarak bilgilendirilmemişlerse). Bizimle çalışmış olanlar da dahil olmak üzere araştırma gruplarının diğer üyeleri araştırmaya dahil edilmek istediler. Derinden tatmin edici bir zamandı.

ABD Gıda ve İlaç İdaresi'nden gelen mektup kısaydı. Mektubu aldıktan sonra, bu materyalleri kullanma iznimizi, araştırma protokolümüzü,

Machine Translated by Google

ve bu malzemelerle - herhangi bir şekilde, şekilde veya biçimde - çalışma kapasitemiz sona erdi.

Araştırma ekibinin açık ara en genç üyesiydim, Stanford'da bu araştırmadan haberdar olmadığım bir psikoloji bölümünde yüksek lisans öğrencisiydim. Diğerlerinden ikisi, Stanford'da iki farklı bölümde tam mühendislik profesörleriydi ve dördüncüsü, vakfın kurucusu ve yöneticisi, erken emekli olmuş ve aralarındaki etkileşimi daha iyi anlamak için kar amacı gütmeyen bir enstitü kurmuş kendi başına bir bilim adamıydı. bilinç, derin kişisel ve ruhsal deneyimler ve bu maddeler.

Çok yakında, zihinleri kelimenin tam anlamıyla genişleyen dört adamın yattığı odaya geri dönmemiz gerekecekti. "Sanırım bu mektubu yarın aldığımız konusunda hemfikir olmalıyız" diyorum. Ve sonra deneklerimize - en azından önümüzdeki kırk yıl boyunca yasal hükümet desteği ve gözetimi ile kendi seçtikleri sorunlar üzerinde bu materyallerle çalışma ayrıcalığına izin verilecek son insan grubuyla - ilgilendik.

International Foundation for Advanced Study'deki o odaya nasıl geldim?
Sadece birkaç yıl önce, Paris'te bir yazardım, altıncı katta bir apartman dairesinde oturuyordum, mümkün olduğu kadar az yaşıyordum, seyahat ederken tren istasyonlarında ve pansiyonlarda uyuyordum ve beni kimin kucağına alıp besleyecekse onunla kalıyordum. ben. O zamanki hayatımızın çoğu için söylendiği gibi, uzun ve tuhaf bir yolculuktu.

Beni Paris'ten Stanford'a ve kafa kafaya psikedelik araştırmalara gönderen şey, sadece en sevdiğim üniversite profesörüm Richard Alpert'in (daha sonra Ram Dass olarak bilinir) ve arkadaşı Timothy Leary'nin ziyareti değil, aynı zamanda taslak kurulumdan bana şu soruyu soran samimi bir notuydu. bulunduğum yer ve gelecek planlarım. Vietnam'da çamur ve sık bitki örtüsü arasında sürünürken, her iki yöne de havai fişekler atılırken, bana düşman veya dost ateşi tarafından ölme fırsatı veren bir Ml tüfeğinin dirseklerimde beşikte beni beklediğini fark ettim. Aklımda, bir savaşta olmak hiçbir anlam ifade etmiyordu, bu yüzden Amerika Birleşik Devletleri'ne yüksek lisans okulunun askerlik erteleme cennetine döndüm.

Ordunun ve ulusun iyiliği için, o zaman emindim ve bugün de beni savaştan uzak tutmanın daha iyi bir alternatif olduğuna ikna oldum. Sen ne zaman

Machine Translated by Google

Ortaokul ve lisede takım sporları için en son seçilme konusunda uzun bir geçmişe sahipseniz, gerçek savaşta ihtiyaç duyulan daha yüksek yetkinlik seviyesine yükselmek şöyle dursun, piyadede başarılı olacağınızı bile varsaymıyorsunuz. Hükümetin psikoloji okumak için verdiği bursu, hükümetin, beni göreve getirerek riske atarak başkalarına ve kendime yönelik olası tehlikelerle uğraşmaktansa beni dışarıda tutmanın daha iyi olduğunu söylemesi olarak gördüm. 18 (

Ancak saykodelik araştırmalara dalmamın nedenleri Alpert'in ziyaretiyle ve birlikte geçirdiğimiz ilk geceyle başladı.

Paris, 1961. Geceleri Saint-Michel bulvarında bir kafede oturuyorum, sırayla beni izleyen tüm insanları izliyorum. Yirmi bir yaşındayım ve ilk kez psilosibin aldım ve ne olduğu ya da ne işe yaradığı hakkında hiçbir fikrim yok. Yanımda oturan adamın, onu bana hediye eden Richard Alpert olduğunu biliyorum. Renkler daha parlak hale geliyor, insanların gözleri bana baktıklarında parlıyor ve çok kanallı bir yayın gibi içimde sokak gürültüsü çalıyor. Titreyen sesimin izin verdiği ölçüde, "Benim için biraz fazla" diyorum. Alpert küçük, yuvarlak cam masanın üzerinden bana sırıtıyor. "Ben de ve hiçbir şey almadım."

Birkaç blok ötedeki yürüyüşüme dönüyoruz. Otelin ön kapısının yanında Freud'un orada kaldığını yazan bir plaket var. Bir roman yazıyorum ve bazen gelecekte ikinci bir plaket ekleyeceklerini hayal ediyorum. Ama bu gece değil.

Yatağıma uzanıyorum. Alpert sandalyeyi alıyor. Bu, odadaki alanı kullanır.
Zihnimin kendisinin yeni yönlerini keşfetmesini izliyorum. Alpert, aklımın yaptığı her şeyin güvenli ve iyi olduğunu bilmeme izin veriyor. Bir yanım neden bahsettiğinden emin değil, bir yanım ne kadar haklı olduğunu biliyor, bir yanım da onun öyle olmasını umuyor.

Bir hafta sonra Paris'ten ayrıldım ve Alpert ve Leary'yi Kopenhag'a kadar takip ettim ve burada Aldous Huxley'e uluslararası bir kongreye ortak bir bildiri sunmak üzere katıldılar. Leary ve Alpert, Harvard'da psikoloji öğretiyorlardı ve çoktan lisansüstü öğrencilere ve diğer akademik üyelere psychedelics verme konusundaki tartışmaların ortasındaydılar.

Machine Translated by Google

toplum. Konferanslarından altı hafta sonra, psikoloji alanında lisansüstü çalışmaya başlamak için California'ya uçtum.

Stanford'dayken üç hayat sürdüm. Birinci hayatta, spor bir ceket ve kravat taktım ve her gün psikoloji bölümüne, ustaların dudaklarından öğrenebileceği her şeyi yapan bir öğrenci olarak göründüğümden emin oldum. İkinci hayatımda, haftada iki gün, kampüs dışı International Foundation for Advanced Study'de araştırma asistanıydım. Gün boyu süren yüksek dozlu (ve yasal) LSD terapi seanslarına katıldım.

Her müşterinin deneyimi destekleyen en az iki kişisi vardı. Her müşteriyle bir erkek ve bir kadın kalıyordu, ayrıca gerekirse seansa ara sıra kontrol eden bir doktor da vardı. Herhangi bir tıbbi ihtiyacımızın ne zaman olduğunu hatırlayamıyorum, ancak LSD seanslarını daha faydalı hale getiren tam destek ve güvence hissine katkıda bulundu.

Buna ek olarak, bir Freudyen psikanalist, her bir danışanla, programımıza ilk kez gönüllü olduklarında, her bireyin fayda sağlama olasılığının yüksek olduğunu ve başa çıkma yeteneğinin ötesinde sorunlarla karşılaşma olasılığının düşük olduğunu belirlemek için bir araya geldi. Hükümetin o zamanki ürkek duruşu göz önüne alındığında, analist bize yüzde 100'e yakın bir başarı oranına ihtiyacımız olduğunu söyledi, bu başka bir terapi tarafından talep edilmeyen veya elde edilmeyen bir şey.

Üçüncü hayatım Ken Kesey etrafında dönen insanlarla geçti. Her türden psychedelics'in yanı sıra üst, aşağı ve esrar, hatta alkol ve sigara kullandılar. Bir üye bir ilaç zinciri için çalıştı ve herhangi bir etkinliğe cepleri örneklerle dolu olarak geldi.

Bir grup kanun kaçağıydı, ama kanunları çiğneyenler değil, daha çok paradigma bozucular gibiydiler. LSD ve diğer uyuşturucuların çoğu 1960'ların başında yasa dışı değildi, ancak kullanımları, özellikle herhangi bir araştırma veya tıbbi ortam dışında, sosyal olarak kabul edilebilir değildi. Bu iç uzay kaşifleri saha araştırması yapıyor, kendini koruma dışında herhangi bir kontrol veya kısıtlama dışında bu ilaçlara serbest erişimin nasıl bir şey olduğunu araştırıyorlardı. Bu ilaçların insanın zihninde kapılar açtığı bu zamanlarda, Kesey grubu oyun oynarken, şarkı söylerken, resim yaparken, televizyon seyrederken, yemek pişirirken, yemek yerken,

Machine Translated by Google

sevişmek, yıldızların dönüp dans etmesini izlemek ve deneyimlerinin ortaya çıkardığı soruları yüksek sesle sormak:

- Biz kimiz, gerçekten?
- Ruh ölümlü mü yoksa ölümsüz mü?
- Blake, Van Gogh veya Platon gerçekten ne yaşadı? • Kimliğim bedenimin içinde mi yoksa benim ve sizin bedenimin içine mi giriyor? • Zihnim ile en yakın sekoya ağacı arasında ortak olan nedir? • Zaman ve mekan öznel midir? • Sabit olan nedir? Ne hareket ediyor? • Oturumdan oturuma sabit kalan nedir (yani, hatırlanan)? • Tüm zihinlerin açıldığı, gevşek bir şekilde bağlandığı ve

görünüşe göre birbirleriyle telepatik iletişim halinde?
- Böyle bir gruptaki biri dehşete düştüğünde, geri kalanlar aşağı doğru çekilir mi? Yoksa diğer zihinlerin birleşik ağırlığı, düşmüş olanı düzeltebilir mi?

Bu sorular ve daha fazlası, Kesey grubunun deneyimlerinin merkezindeydi: olağan anlamda kanun kaçağı değil, aykırı değerler. Onları kültürel ikonlar olarak düşünmemek daha iyi sonunda yasaların sınırlarını aşan ve kendi geniş davranış ve deneyim alanlarına düzen getirmek için daha büyük bir dizi yasayı öfkeyle geliştiren insanlar haline geldiler. Kesey grubunun yaptığı kulağa felsefik geliyordu ve öyleydi, ama aynı zamanda boğulan bir yüzücünün paniğe kapılıp sizi dibe sürükleyip ikinizi de öldürmemesi için kolunuzu boğazına dayamak gibi ham bir aciliyete sahipti.

Benim için, bir sabah Pescadero kasabasının çöplüğünün kenarında kritik bir an yaşandı. Pescadero, California sahilinden iki mil ve Stanford'dan yaklaşık on beş mil uzakta küçük bir kasabadır. Çöplük bir yamaçtı; alt kısım çöp oldu, ama üst ve

Machine Translated by Google

yanlar küçük çiçek parçaları taşıyan sarmaşıklarla kaplıydı. Bir şafak vakti oraya Kesey ve o zamanki kız arkadaşı, daha sonra karım olacak bir kadın olan Dorothy ile gittim (kırk beş yıllık evlilikten sonra, muhtemelen süreceğini düşünüyoruz). Bir gece önce, bir miktar LSD almış ("asit düşürülmüş", yani olduğu gibi) ve kendi bilinci ve onun nasıl şekillenip yeniden şekillendiği hakkında yaptığı kişisel keşifler karşısında büyük bir şaşkınlık içindeydi. onun dünyası. Kesey, şafakla buluşmak için harika bir yer olduğu için bizi Pescadero'ya götürmüştü. Dorothy'yi oraya götürdüğünü söylemek doğru ama gecenin bir bölümünde ona rehberlik ettiğim için beni de yanında istedi.

Kesey dünyasının iç çemberinde değildim. Herkesle uyuşturucu almak için çok dürüst ve isteksizdim. Gruptaki kadınların hiçbiri benimle ilgilenmiyordu ve hiçbir erkekle de pek ortak noktam yoktu. Bununla birlikte, yasal olarak LSD ile gündüzleri çalıştığım için garip bir süs olarak hoş karşılandım, çünkü etrafta kaplanları eğiten ya da kırık cam çiğneyebilen birinin olması istenebilir.

Dorothy, o şafağın belirleyici anının küçük bir çiçeğe basmak üzereyken geldiğini hatırladı. Bunun yerine, yola uzandı ve ona baktı. Çiçeğin iletişimi yapmasına izin vermesini önerdim. Gördüğü -düşünmedi ya da tasarlamadı, ama gördü, işte LSD'nin tuhaf gücü böyledir- çiçeğin tamamen açılması, döngüsünden geçmesi ve solmasıydı, ama aynı zamanda çiçeğin aynı akışı tersine çevirmesini de izledi: kurumuş halinden kurtulması, yeniden canlanması. -çiçeklenmek ve tomurcuk olmaya geri dönmek. Onun her iki yöne de gittiğini, zamanda ileri ve geri gittiğini, kendi doğumunu ve ölümünü dans ettiğini görebiliyordu. Bana gördüklerini anlattığında, onun deneyiminin başkalarının paylaştığı bir deneyim olduğunu doğruladım. Rahatlayarak bitki tefekkürüne geri döndü.

Yakışıklı, sağlam, yetenekli, doğal bir lider, muazzam bir enerji ve güce sahip olan Kesey'e baktı. Ayrıca evli. Kesey'nin iki çocuğu vardı; evliliğe ve diğer ortaklara da açık olmasına tamamen bağlıydı. Dorothy bana baktı. Nişanlıydım ama nişanlım altı bin mil uzakta İskoçya'daydı. Yeni keşfettiği iç dünyası hakkında çok bilgili, hatta rahat göründüğümü gördü. Çiçekle karşılaşma anından itibaren,

Machine Translated by Google

jiroskop Kesey'den uzaklaşıp bana doğru dönmeye başladı. Flörtümüz ve evliliğimiz zaman içinde bu anın dışındadır, ancak bir nehir, bir dağın yamacındaki bir kayadaki yarıktan çıkan küçük bir kaynağa kadar izlenebilir, o gün üç hayatımız Dorothy'nin tek bir çiçekle karşılaşmasından değişti.

Hukuki araştırmam ne olacak? Yasal uyuşturucu araştırması yapmak nasıldı? Altmışlar nedeniyle, bugün çoğu üniversite kampüsünde psychedelic bir ilaç bulmak, onu almak, çılgın bir gezintiye çıkmak ve her şeyi merak etmek bir numara değil. Bunu, deneklerimizin yüzde 80'inin hayatlarının en önemli olayı olduğunu bildirecek kadar destekleyici bir ortamda insanlara vermek - ah, o farklı bir zamandı! Deneyler devam ederken iki yıldan fazla bir süre boyunca, yapabildiğim zaman Stanford derslerinden kaçardım ve psychedelics'e ve psychedelics aracılığıyla diğer bilinç seviyelerine ve belki de psikedeliklere giriş yapan insanlarla birlikte otururdum . diğer gerçeklik seviyeleri.

Genellikle "bugün bizimle olacak bir yüksek lisans öğrencisi" olarak tanıtıldığım için, bir oturumun yürütülmesinden öncelikli olarak sorumlu değildim. Gerçekten bir bakıcıydım ve insanların günün olaylarını yaşarken anlattıklarını izleyebilir, bazen yardım edebilir ve bazen de kaydedebilirdim. Bazen sadece öğleden sonra ortaya çıkıyor ve akşam için bir kişiyi eve götürüyordum. LSD'nin etkileri sekiz saat sonra yıpranacak olsa da, bir kişinin yeni bulunan farklı gerçekliklere girip çıkma kapasitesinin azaldığını, ancak uyanık kalamayacak kadar yorgun olana kadar durmadığını bulduk. Günün önemli olaylarını ya da içgörülerini kafaları karıştıran insanlarla sık sık birlikte olma lütfunda bulundum. Ayrıca, genellikle tuhaf iç deneyimler ile kendisinden çok daha açık, sevgi dolu ve şefkatli biriyle, bir karı veya koca ile birlikte olma hissinin birleşimiyle şaşkına dönen aileleriyle başa çıkmalarına da yardım ettim. bundan önceki gün olmuştu, bu genellikle eşin sevinç gözyaşlarına boğulmasına neden oluyordu.

Gün geçtikçe, lisansüstü çalışmalarımda bana zihnin sadece küçük bir parçasını kapsıyormuş gibi görünen bir psikoloji öğretiliyordu. Bu kitapta daha önce belirttiğim gibi, elektriğin, atom gücünün ve televizyonun varlığından haberdar olmayan öğretmenlerle fizik çalışıyormuşum gibi hissettim. Dinler, notlar alır, uygun sorular sorar ve görünmeye çalışırdım.

Machine Translated by Google

Sanki eğitmenlerimin bilgi elmasının tamamı olduğunu varsaydıkları küçük küçük kemirmeler beni şaşırtmadı.

Geceleri, okul ödevlerimi bitirdikten sonra, açıldığım daha büyük dünyayı bir araya getirmeme yardım eden kitapları okurdum: Ölüler Kitabı, I Ching, William Blake'in eserleri, Hıristiyan mistikleri ve Budist. öğretileri, özellikle de tüm netliği harika bir şekilde ferahlatıcı olan Zen ustalarının öğretileri. Ayrıca, anlaşılması zor olan ama keşfettiğim şeyi bilen insanlar tarafından yazılmış olduğu belli olan Tibet metinleriyle de uğraştım. Oturur ve birinin lisede rahatsız edici derecede büyük göğüslü kadınların resimlerini öğretmenlerinden saklamak için kirli çizgi romanları bir dergiye sardığı gibi düz kapaklara sarılmış o kitabı okurdum .

Artık metinleri takip edemediğimde, yüksek lisans öğrencim "ofis"imin çıplak muşamba zemininde bağdaş kurup otururdum, bir karavandaki bir yuva geçici sınıfa dönüştü, Paris'teki yatak odamdan daha küçük bir alan. Sürgülü cam kapıdan, büyük bir otoparkta geçici bir karavanda olduğumuzu inkar etmek için dikilmiş küçük bir çam ağacına bakardım. Ağaç benimle birlikte nefes almaya başlayana kadar nefes alıp bakar, nefes alır ve bakardım.
Hareket etmeyecek ya da sallanmayacak, ancak son derece canlı olduğu gerçeğiyle görünmez bir ışıkla parlamaya başlayacaktı. Gözlerimin önünde büyüyüp küçülüyordu, çok küçük bir hareketti ama Pescadero çöplüğündeki çiçeği anımsatıyordu. Kendimi tekrar dengede hissedene kadar o ağaca uyum sağlardım ve sonra eve yatardım.

Bir Yansıma Anı

Araştırma programımızı sonlandırdıktan birkaç ay sonra California, LSD'ye sahip olmayı veya LSD'yi dağıtmayı suç olarak ilan eden bir yasa çıkardı. LSD ile ilgili federal politika daha sonra 1970 tarihli Kapsamlı Uyuşturucu Suistimalini Önleme ve Kontrol Yasası'nın yürürlüğe girmesiyle birleştirildi.

Uyuşturucu araştırmamız kurumu neden bu kadar derinden korkuttu? Neden hala onları korkutuyor? Belki de dışarı çıkabildiğimiz (ya da atıldığımız) için

Machine Translated by Google

günlük şeylerin koşu bandı ve tüm yaşam-ölüm-yaşam sistemini gördüm. Sevginin evrenin temel enerjisi olduğunu keşfetmiştik ve bu konuda susmayacaktık.

Bulduğumuz şey sevgi orada, bağışlama orada, anlayış ve şefkat oradaydı. Ama suyun bir balığa, havanın bir kuşa benzemesi gibi, o da orada, her yerdedir ve bizim hiçbir çabamız olmadan var olur. Baba'ya, Oğul'a, Buda'ya, Azizlere, Tevrat'a, kitaplara, çanlara, mumlara, rahiplere, ritüellere ve hatta bilgeliğe ihtiyaç yoktur. O sadece oradadır - o kadar yaygın ve o kadar sonsuz ki, birbirinden ayrı insanların daha küçük dünyasında olduğunuz sürece bunu görmeniz imkansızdır.

Aydınlanmanın her zaman bir suç olmasına şaşmamalı.

Machine Translated by Google

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

T

YENİ UFUKLAR

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Dördüncü Bölüme Giriş

Uzun bir sessiz dönemden sonra, psychedelics bilimsel dergilere, ana akım basına, televizyona, YouTube'a ve sosyal medyaya geri döndü. Problem çözme ve sanatsal üretim için psikedeliklerin kullanıldığına dair klinik çalışmalar, manevi çalışmalar ve raporlar var.

Bazı LSD kullanımları hala radarın çok altında. Bu kullanımların en ilgi çekici olanı, yaklaşık 10 mikrogramlık alt algısal dozlardır. Bu küçük miktarda, LSD bilişsel bir güçlendirici gibi davranır, ancak daha büyük dozların yan etkileri olmadan.

Ayrıca, merakla, mevcut kullanıcılar hakkında neredeyse hiç araştırma yapılmamıştır. Yıllık büyük ölçekli hükümet anketleri, katılımcının daha önce çeşitli maddeler alıp almadığından biraz daha fazlasını soruyor. Şu anki lisansüstü öğrenci araştırma ekibim, mevcut üniversite çağındaki neslin yalnızca deneyimli değil, aynı zamanda birçok farklı psychedelics'in etkileri hakkında bilgili ve olumlu ve olumsuz deneyimler yelpazesinde bilgili olduğunu buldu. Eski gruplar daha da fazla. Bölüm 16 , psikedeliklere ilgi duyan birkaç gruba uyuşturucu deneyimlerinin çeşitliliğini, kendi kullanım nedenlerini ve sonuçlarını soran bir çalışmanın ilk bulgularını açıklamaktadır.

3. bölümde sunulan birinci şahıs anlatımları , birinci ve ilk deneyimlerin kısa alıntılarıydı . 17. Bölüm , psychedelic deneyiminin kariyer seçimlerim ve dünya görüşüm üzerindeki etkisi hakkında konuştuğum derinlemesine bir röportaj sunuyor. Bu bölümün son bölümü mevcut eğilimleri incelemektedir. Kamu araştırmaları, fısıldanan olayların, gizli bağlantıların ve gizli kimyagerlerin onlarca yıllık yeraltından ortaya çıkıyor.
Mevcut çalışma, önemli manevi, kişisel ve bilimsel faydalar gösteriyor.

Araştırmalardaki artış, psychedelics'i tartışmak için bilimsel konferanslara katılan çok sayıda ve artan sayıda insan ve birçok sentetik ve bitki bazlı psychedelics'e olan ciddi ilgi, kültürel değişimlerin yaklaştığını gösteriyor. Genel olarak Şamanizm ve özel olarak ayahuasca, kısmen davalar nedeniyle önem kazanıyor.

Machine Translated by Google

ayahuasca'nın dini kullanımı, kısmen kanser ve diğer ciddi rahatsızlıklar için bildirilen iyileştirici özellikleri nedeniyle lehine ve kısmen karara bağlanıyor.

Binlerce yıldır var olan insanlık ve doğal dünya arasındaki uyumdan elimizden gelenin en iyisini yapmak için acil bir ihtiyaç var. Psikedeliklerin etkin ve bilinçli kullanımı, bu onarıcı sürece yardımcı olmanın bir yolu gibi görünüyor.

Machine Translated by Google

PSİKEDELİĞİN ALT ALGI DOZLARI OLABİLİR

NORMAL İŞLEYİŞİ İYİLEŞTİRMEK?

Alt algısal dozlar hakkında resmi bir araştırma olmamasına rağmen, giderek artan sayıda insan psychedelics'i bu şekilde kullanıyor. İnsanlar alt algısal bir miktar aldıklarında -LSD için, yaklaşık 10 mikrogram (mikro doz, alt doz veya "tener" olarak da bilinir) - daha yüksek dozlarda LSD veya psilosibin ile ilişkili yaygın duyusal etkiler - bir parıltı veya canlıların kenarlarında bir ışıltı, renkli işitme veya müzik tadımı gibi duyusal iç içe geçmeler ve ego sınırlarının gevşemesi – görünmez. Aşağıdakiler, bu küçük dozlarda LSD ve psilosibin kullanan kişilerin raporlarıdır. Bazıları

uzun süredir kullananlardan ve diğerleri, onları ilk kez deneyen insanlardan.3

Yerli kültürler, yüzyıllardır farklı psikedeliklerin alt algısal dozlarını biliyor ve kullanıyor. Yakın zamana kadar bu bilgi göz ardı edildi. Bir yıldan fazla bir süredir alt algısal dozajlar üzerine araştırmalara dahil olduktan sonra, bariz olanı görmezden geldiğimi ve kendi psychedelic bitkileriyle çalışan yerli şifacıların veya şamanların görmezden geldiğimi fark ettiğimde, kendi kültürel önyargımdan utandım. , her doz seviyesini sistematik ve tam olarak araştırdık.

Bu raporlar literatürde ilk ortaya çıkan raporlar olduğundan, dosyalarımdaki tüm raporların, bu kişilerin sahip olduğu gibi, düşük doz kullanımının olumlu olduğunu gösterdiğini belirtmekten öte, bu düşük dozlar hakkında herhangi bir genel sonuca varmaktan kaçındım.

Raporlar: LSD

Charles

Machine Translated by Google

"Charles," bir çevre uzmanı ve kurgusal olmayan kitapların bir hayalet yazarı, her üç günde bir, alt algısal dozlarda LSD aldı. Raporu, kısmen kullanıcı kılavuzu ve kısmen kişisel yanıttır. Madison, Wisconsin'de karısı, iki çocuğu ve üç çocuğuyla birlikte yaşıyor.

kediler.

Mikro dozlama fikri önerildiğinde, bunun normal iş günümde yapabileceğim bir şey olduğu ve kimsenin ne yaptığımı bilmek zorunda olmadığı fikriyle daha da ilgi çekici hale getirildi.

Bazı Öneriler

Ayrıca bazı uyarılar, bazı zor öğrenilmiş yapılması ve yapılmaması gerekenler var ve ne bekleyebileceğinizi (veya en azından deneyimlediğim whdP6'yı) açıklamadan önce burada hızlıca geçmek istedim.

- Miktar ve günler de dahil olmak üzere protokolü takip ederken ihtiyatlı olun dozlar arasında.
- Normal düzeninize bağlı kalın, özellikle yemek yeme, çalışma ve uyuma. • Kime bildireceğiniz konusunda çok dikkatli olun.

Bu yüzden önce, ne kadar ve ne sıklıkla alacağınız konusunda muhafazakar olun. Küçükten başlamak en iyisidir. Hedef, McKenna boyutundaki kahramanca doz veya hatta standart 80-120-mikrogram "etkili" doz, ancak bunun onda biri büyüklüğünde, yani 10 mikrogram veya 6 ila 12 mikrogram arasında bir miktar. Bu yüzden muhafazakar olun, özellikle de kendinize ne kadar verdiğinizden tam olarak emin değilseniz. Daha fazlasını alırsanız, gerçekten "inmeye" başlarsanız, o zaman benim gibiyseniz, "normal" gününüze devam etmekte zorlanacaksınız. Bu yüzden küçük başlayın ve çok küçükse, bir dahaki sefere her zaman daha fazlasını ekleyebilirsiniz.

Ayrıca yavaş gidin. İzlediğim protokol, bir gün bir mikro doz almamı, ardından ikinci gün devam eden veya kalıcı etkileri dikkatle gözlememi ve ardından kendime

Machine Translated by Google

üçüncü gün tamamen kapalı. Yavaş giderek kendinize gerçekten bilme, neyin farklı olduğunu, neden farklı olduğunu ve bundan en iyi nasıl yararlanabileceğinizi gerçekten gözlemleme şansı verirsiniz. Tamamen kapalı olduğunuz gün, bir sıfırlama günü olarak harikadır, tıpkı zihin/vücut damağınızı temizlemek gibi. O zaman taze ve deneyi tekrar yapmaya hazırsınız.

İkincisi, normalde yaptığınız şeyi yapın. Düzenli yemeklerinizi yediğinizden, susuz kaldığınızdan, düzenli egzersizinizi, meditasyonlarınızı ve uygulamalarınızı vb. yaptığınızdan emin olun. Buradaki fikir, normal parametrelerinizin çok az ötesinde, uyarılırken topraklanmış kalmaktır.

Üçüncüsü, dikkatli olun. Eşinize, ev arkadaşınıza veya en iyi arkadaşınıza söylemek isteyebilirsiniz veya söylemeniz gerekebilir, ancak genel olarak konuşursak, ne kadar az kişi bilirse o kadar iyi. Küçülterek, davranışınız, tavrınız ve dış görünüşünüzün normale çok benzeyeceğini unutmayın.

Etkiler: Sonsuzluğu Daha Şeffaf Hale Getirme Mikro
dozlardan düzenli olarak dört tür etki hissettim: fiziksel, duygusal, yaratıcı ve ruhsal.

Fiziksel: Küçük bardak suyumu veya küp şekerimi yuttuktan bir saat sonra daha fazla enerji hissetmeye başlıyorum. Bu, çok düşük bir seviyede köpüren bir tür yanmadır; hücrelerim ve sistemlerim kafeinden (ki bunu sıklıkla kullanırım), hızdan (hiç kullanmadığım) veya pottan (ki buna çok aşinayım) çok farklı, fark edilir bir tür vızıltı ile dolup taşıyor. Güzel olan şey, bunun bir tür iyi ikincil enerji olması, yani onu ağırlık çalışmak, Pilates yapmak, bisiklete binmek veya gerçekten sadece vücudumla birlikte olmaktan zevk almak için kullanabilirim. Ve benim gibi düzenli bir kafein kullanıcısıysanız, normalden biraz daha az kafein tüketebilirsiniz, ancak normal miktarlarınıza devam etmek de sorun değil. Yani, kafein (veya bunun için pot) ile herhangi bir olumsuz kombinasyon etkisi bulamadım.

Machine Translated by Google

Önemli olmak). Ve evet, sonrasında iyi bir gece uykusu çekmeniz gerekecek; ekstra enerjiyle vızıldamak sonunda sizi yorar.

Duygusal: Mikro doz akıl hocam bir keresinde bana en düşük mikro dozlarda Tanrı'nın sizi ne kadar sevdiğini gördüğünüzü, biraz daha fazla alırsanız Tanrı'yı ne kadar sevdiğinizi ve biraz daha fazla alırsanız Tanrı'yı ne kadar sevdiğinizi göreceğinizi söyledi. , o zaman elbette tam olarak kim olduğunuzu ve Tanrı'nın kim olduğunu çözmek oldukça zorlaşıyor. Bulduğum şey, hayatımdaki herkesi ve her şeyi takdir etmenin, çok kolay ve doğal bir şekilde bir şükran alanına adım atmanın ve onu sürdürmenin benim için kolay olduğu.

Yaratıcı: Hem iş ürünü hem de kişisel yaratıcı projelerle ilgili olarak (en azından bana parlak göründüler) bazı parlak patlamalar yaşadığımı keşfettim. Görünen o ki, Mihaly Csikszentmihalyi tarafından tanımlanan ve spor arenasında sıkça dile getirilen "akış" durumuna erişmek ve içinde kalmak çok daha kolay. Ayrıca, bilinç kaşifi John Lilly'nin yaşadığı duruma erişmek ve bu durumda kalmak nispeten kolaydır. Bir zamanlar "profesyonel satori" olarak adlandırılan, yani profesyonel olarak yaptığınız şeyi yapıyorsunuz, iyi yapıyorsunuz, zaman hızla geçiyor ve çıktınızdan memnunsunuz. Ciddi bir iş projeniz varsa, bir kerede çok şey ödenecekse ve kendinizi silah altında hissediyorsanız, mikro dozlama hakkında iki kez düşünmek isteyeceksiniz, ancak bu sadece işe yarayabilir.

Spiritüel: Mikro dozlamanın yaptığını hissettiğim şey, nöral mobilyamı hafifçe yeniden düzenlemek, böylece tam psikedelik durumların parıltıları sürekli olarak farkındalığıma akıyor. Örümceğin, onun ağının, ağın üzerinde olduğu duvarın, duvarın parçası olduğu evin, evin parçası olduğu kasabanın vs. nasıl bağlantılı olduğunu görebiliyorum. Bu bağlantıları görmek kolaylaşıyor , aslında pratikte apaçık ortada. Ve oradan, örümcek ağının doğruluğunu radikal bir şekilde onaylamak için sadece kısa bir adım, tıpkı bu durumda olduğu gibi.
an.

Ve bu, dikkati dağılmış bir şekilde değil, harikulade, aydınlatıcı, eşzamanlı, ilahi bir şekilde gerçekleşir. Olan Gerçeği'ni fark etmek daha kolaydır ve bu da diğer her şeyi kolaylaştırır. Ertesi gün bile -sonraki gün- evrensel bağlılığın ipucu hala oldukça belirgindir.

Machine Translated by Google

LSD'ye yeni duyarlı hale mi geliyorum yoksa başka bir şey mi oluyor, belki de devam eden bir özlem ve algıladığım gerçeklikten biraz daha fazlasını yapmayı öğrenme konusunda net değil. Yani, aylarca mikro doz uygulamasıyla, neyin kolayca görülebileceğine dair beklentilerim arttı. Amazing Meter'ım, hayatımı daha zevkli, daha güçlü ve kendime bakabilmem ve başkalarına katkıda bulunabilmem açısından daha etkili hale getirdiğini düşündüğüm bir şekilde, kalıcı olarak biraz daha düşük bir eşiğe ayarlanmış gibi görünüyor.

Neredeyse böyle olmak için doğmuş gibiyim ve şimdi , şaşırtıcı derecede az miktardaki LSD-25 sayesinde giderek daha düzenli bir şekilde böyle oluyorum. Bunun Albert Hofmann'ın yaptığı gibi yüz yıllık sınırın ötesine geçmeme yardımcı olup olmayacağını bilmiyorum, ama daha ilginç, etkili ve keyifli bir yolculuk geçireceğimden oldukça eminim.

Madeline

Otuzlu yaşlarının başında, uzun boylu, neredeyse söğüt gibi bir kadın olan Madeline, Manhattan'da yaşıyor. Raporu, farklı mesleklerinden bazılarını dolduruyor. Evli ve dört yaşında bir çocuğu var.

Metro gümbürdeyerek şehir merkezine doğru ilerlerken çevremdeki yolcuları gözlemlediğim kadarıyla vücutlarına mutlak bir zehir katıyorlar! Deve renginde9 takım elbiseli ve beyaz spor ayakkabılı bir kadın plastik bir bıçak kullanarak dev bir simitin üzerine krem peynir sürüyor ve hepsini bir yudum sodayla yıkıyor. Birkaç kişi fast-food kahvaltının tadını çıkarıyor; Tüm arabayı fritöz yağıyla kokutmak için buharlı kağıt torbalardan yeterince sandviç ve kızarmış patates alınır. Bir an için bu insanların benim tuhaf kahvaltı ritüelim hakkında ne düşüneceklerini merak ettim - 20 mikrogram LSD biraz sonra meyve suyuyla sıkılmış salatalıklardan, ayçiçeği filizlerinden ve bezelye yeşilliklerinden yapılan yeşil meyve suyuyla takip edildi.

Yedi haftalık bir sözleşmeli film kurgusu üzerinde olduğum geçici ofisime geliyorum. Üzerinde çalıştığım belgeselin bütçesi yaklaşık dokuz yüz bin dolar ve

Machine Translated by Google

ikinci en iyi ağda yayınlanacak. Benim işim, yaklaşık elli saatlik tarihi görüntüleri ekrana getirmek ve bir hikaye yayı haline getirmek. Görüntüyü en temel parçalarına indiriyorum, anlatım notları ekliyorum ve ses parçaları topluyorum. İşime derinden bağlı, odaklanmış ve akışta hissediyorum. Önümüzdeki beş saat boyunca zar zor yukarı çıkıyorum çünkü yaptığım şeyden içtenlikle keyif alıyorum. Yüksek sesle gülerim ve bazen dokunaklı anlarda ağlarım. İşimi seviyorum. Aç olmamama ve mola ihtiyacı hissetmeme rağmen, bir tane almanın sağlıklı olduğunu biliyorum. Dışarıdayken, güneş gözlüklerim takılıyken bile dünya çok parlak. Çok büyük mavi gözlerim ve doğal olarak büyük öğrencilerim var ve 10 mikrogram LSD'nin üzerindeki herhangi bir şey onları fincan tabağı kadar büyük yapar.

Altı blokluk bir yürüyüşten sonra kendimi acıkmış hissediyorum ve beslenme çantamı ve termosumu en sevdiğim parkta bir çıkıntıya oturuyorum. Çince egzersizlere ve derin nefes almaya başlıyorum. Hareket harika hissettiriyor ve kendimi o kadar sağlıklı ve vücuduma bağlı hissediyorum ki bir an için gözyaşlarım akmaya başlıyor ve sadece neşe ve minnettarlık olarak tanımlanabilecek küçük bir kahkahanın tadını çıkarıyorum. Bugün ortalamadan daha uzun bir iş günü planlıyorum ve spor salonunu atlayacağım, bu yüzden bu çalıntı hareket ve güneş ışığı anı çok önemli. Öğle yemeğim bir termos hafif yeşil çay ve bir gün önce yaptığım dört küçük salata. Biri susamlı deniz yosunu, diğeri nohut, diğeri kinoa ve sonuncusu hindistancevizi ve cevizli meyveler*?0 Nefis bir şekilde beslenmiş, dört saatlik bir dinlenme için ofisime dönüyorum.

10 ila 20 mikrogramlık alt dozlar, odağımı artırmama, kalbimi açmama ve rutinime entegre kalırken çığır açan sonuçlar elde etmeme izin veriyor. Tam bir doz çevremi dikkatlice planlamamı gerektirse de, bir alt dozda her türlü lojistik ve sosyal etkileşimde tam olarak gezinebiliyorum. Zekamın, tepki verme süremin ve görsel ve zihinsel keskinliğimin normalden daha büyük göründüğünü söylemeye cüret ediyorum. Her ay yaklaşık altı gün bir alt doz kullanıyorum ve bazen olağanüstü odaklanma gerektiren bir projeye dalmışsam daha sık kullanıyorum. Bu on yıldan fazla bir süredir benim pratiğim oldu ve ana akım ve bağımsız medyada, hükümetteki personel düzeyindeki pozisyonlarda ve düzinelerce gazetecilik eseri yayınlamada başarımı kolaylaştırdı.

Machine Translated by Google

LSD olmasaydı bunların hiçbirini yapmazdım demiyorum , ama bunların hepsini onsuz yapmazdım diyorum. Alt dozlama pratiği, çalışmamı iş olmaktan yaratıcı oyun olmaya dönüştürüyor.

Ben doğal olarak ikna edici bir insanım, başkalarını vizyonuma alabiliyorum, ama asla bir alt dozla güçlendirildiğim zamanki kadar değil. Bu nedenle, hibe yazarı ve koalisyon oluşturucu olarak kendimi bu şekilde açmayı çalışmam için çok önemli buluyorum. "Nasılsın?" sorusuna verdiğim standart yanıtlardan biri. bir meslektaşımdan gelen yanıt, "çok iyi gidiyor" yanıtını vermektir. Alt dozlama yaparken işimi gerçekleştirmenin nasıl bir his olduğunu gerçekten özetliyor: biraz uçmak gibi.

Yapmaya başladığımda alt dozlamayı hiç duymamıştım. Uygulamada birkaç yıllık harika bir başarıdan sonra, uygulamamı duyunca onun da alt dozları kullandığını açıklayan Terence McKenna'nın bir arkadaşıyla tanıştım - McKenna'dan öğrendiği bir şey. Albert Hofmann'ın da aynı şeyi yaptığını ve McKenna'nın ona Hofmann'ın, bu kadar sert bir şekilde planlanmasaydı, LSD alt dozlarının yaygın olarak Ritalin ile aynı şekilde reçete edileceğine inandığını söylediğini açıkladı.

Küçük dozlarla oynamadan önce büyük dozlarla oynadım. 250 -t$1 800 mikrogram dozları denedim ve onların yoğunluğuna teslim olmayı öğrendim. Bu dozlardaki deneyimlerim derin, şaşırtıcı ve eğlenceliydi, ama nihayetinde yanımda çok fazla şey getiremedim. Doksanların sonlarında süper yüksek dozlar bıraktım.

Sonra alt dozlarla denemeye başladım. Alkolü biraz sert ve uyuşuk bulduğum için içmiyorum, bu yüzden kokteyl partilerinde ve networking etkinliklerinde kendimi ışıltılı ve canlı hissettirecek bir şeyler arıyordum . Birkaç fincan kahve denedim ama yeterince gevşek değildim ve hala yoruluyordum, bu yüzden onun yerine küçük dozlar denemeye başladım. Alt dozlarda daha anlamlı ve kalıcı bağlantılar kurduğumu ve aynı zaman diliminde daha fazla yaşamayı başarabiliyormuşum gibi kendi evrimimin hızlandığını gördüm.

Kariyerimde alt dozların nasıl kullanılabileceğini merak ettim ve bunları daha büyük görevler ve etkinlikler için kullanmaya başladım. Ayrıca kendi ailemdeki rolümü genişlettim

Machine Translated by Google

Bu süre zarfında ve en sık danışılan kişi oldu. Akrabaları ve arkadaşlarıyla yaptıkları konuşmaların ardından, gerçekten görüldüklerini hissettiklerini söylerler. Alt dozları keşfettikten sadece birkaç ay sonra, bir dinleyici ve iletişimci olarak becerilerim gelişti.
İlginç bir şekilde, birkaç aile üyesi, alt dozları kullanmaya başladıktan hemen sonra beni mülklerinin vasisi olarak atadı.

10 ila 20 mikrogram LSD'nin aynı anda hem uyarıcı hem de sakinleştirici olduğunu görüyorum. Benim için, alt dozlarda kalan tek zorluk, güneş gözlüğü takarak veya bilgisayar ekranımın parlaklığını azaltarak hafiflettiğim artan ışık hassasiyetidir. Bu küçük rahatsızlık benim için kesinlikle buna değer, çünkü güçlendiğimde daha tutkulu hissediyorum. Daha enerjik hissediyorum. Daha odaklanmış ve kayıtlı hissediyorum.

daha fazla hissediyorum .

LSD ve diğer ilaçların uzun vadeli etkileri hakkında ne kadar az şey bilindiği konusunda tam olarak rahat değilim. Ben sağlıklı bir genç kadınım ve sadece kendim ve ailem için güvenli ve akıllı olanı yapmak istiyorum, bu yüzden LSD kullanımının uzun vadeli etkilerinin ne olduğunu bilmek istiyorum. Albert Hofmann 101 yaşında mükemmel bir şekilde zeki görünüyordu ve tanıdığım arkadaşlarım benim iki katım yaşında ve LSD'yi sıklıkla kullanıyorlar, tanıdığım en parlak insanlardan bazıları.
Ve benim gibi insanların deneyimlerini açıkça paylaşmaya ve verilerinin sayısallaştırılmasına istekli olmaları için bu araştırma alanından kriminalizasyon korkusunun kaldırılmasını istiyorum.

James

"James", Waco, Teksas'ta büyük bir ev geliştirme şirketinde depo müdürüdür. Kilisesinde aktif ve aynı zamanda "daha renkli akrabalarım" olarak tanımladığı bir aile öyküsü yazıyor.

Birkaç yıldır psychedelics kullanmamıştım, ama hala tetikte olan bir arkadaşım bana tenerlere bölünmüş birkaç vuruş teklif ettiğinde ve bir tanesini bırakıp yine de işe gidebileceğimi söylediğinde, denedim. İlk çıktığım andan itibaren, nasıl hissettiğimi sevdim. İşlerimi daha kolay hallettim, nadiren sinirlendim, evrak işlerim zamanında yapıldı ve gece eve geldiğimde çok daha fazlaydım.

Machine Translated by Google

birlikte olmak eğlenceli. Harika olan şey, dozu aldıktan sonraki ikinci gün ilk günkü kadar iyi olduğumu, belki daha iyi olduğumu öğrendim. Ne zaman kullanıp ne zaman kullanmıyorum demedim ama bir süre sonra eşim "Hey, bugün yaptın mı?" derdi. Genellikle, o haklıydı.

Clifford

"Clifford" önemli bir psychedelic araştırmacı, grup lideri ve yazardır. Halen kişisel denemelerden oluşan bir kitap yazmaktadır.

San Diego'daki California Üniversitesi'ndeki öğrenci günleri, 1960'ların sorunları ile bir tür lisansüstü eğitime girmek için gerekli akademik baskıyı harmanlayan bir hortumdu. Kişisel tercihlerim psikoloji ve tıp arasındaydı. Psikedeliklerle tanışmam beni onların değerlerine ikna etmişti. Tıp fakültesine hazırlanmak için biyoloji dersi alıyordum ve civciv embriyosunun gelişimini inceliyorduk. Çeyreklik bir kursun ilk toplantısından sonra, uyanık kalmak için küçük bir doz LSD'nin faydalı olabileceğini fark ettim. Bunu akılda tutarak, her dersten önce barış işaretiyle süslenmiş küçük ama çok güçlü bir tablet yaladım. Bu, renklerin zar zor fark edilir bir şekilde parlamasına neden oldu ve kursa ve aksi halde bana hiç ilgi duymayan profesörüme karşı genel bir hayranlık yarattı.

Maalesef finaller geldiğinde sağlığım bozuldu ve filmi kaçırdım mı?P3
sınav. Ertesi gün profesörümü aradım ve merhamet diledim. "Sorun değil, laboratuvarıma gel" dedi.

"Bunu ne zaman planlayalım?"

Hemen önerdi. Biraz endişeyle, onunla bir saat içinde buluşmayı kabul ettim. Derin dondurucuya uzandım ve ders için kullandığım tabletin bitmek üzere olan parçasını yaladım. O kadar az şey kaldığına karar verdim ki hepsini yutabilirim.

Laboratuarda profesörüm, çok harika bir gün olduğu için, belki de sınava laboratuarı çevreleyen sulak vahşi doğa koruma alanında dışarıda girmemi önerdi.

Bataklığın manzarası nefes kesiciydi! nedense bana hiç güzel gelmemişti

Machine Translated by Google

önceki. Defterimi ve kalemimi çıkarmamı istedi. "Lütfen bana civcivin döllenmeden yumurtadan çıkışına kadar olan tüm gelişimini çizin. Tek soru bu."

"Ama bütün ders bu!" diye soludum.
"Evet, sanırım öyle ama mazeret sınavlarının orijinalinden daha zor olması gerekiyor, değil mi?"

Tüm kursu tekrar kusabileceğimi hayal bile edemezdim. Orada umutsuzca otururken gözlerimi kapattım ve kederle doldum. Sonra, iç görme alanımın bir ucundan sallanan bir battaniye gibi dalgalandığını fark ettim. Döllenme filmi izlemeye başladım! Birkaç dakika sonra gözlerimi açtığımda, filmin ileri ve geri oynatılabileceğini ve fiziksel gözlerim açıkken bile zihnimde bir çan gibi net olduğunu fark ettim.

Tereddütle, zigottan (döllenmiş yumurta) gelişen içi boş bir hücre topu olan blastula oluşumunu çizdim. İçimdeki filmin karelerini dikkatlice çizerken, ağzı açık kalma sırası ondaydı! Minik kalp çiçek açtı. Notokord oluşumu, nöral oluk ve sinir sisteminin başlangıcı, geliştirilmiş imgelemimden sayfalara akıyordu. Muazzam bir olay -embriyonik büyümenin ve hücrelerin farklılaşmasının canlı mucizesi- hızlı bir şekilde devam etti. Olabildiğince hızlı çizdim. Tam bir şaşkınlık içinde, tamamlanmış bir film olarak gördüğüm c$4 animasyon kareleri gibi, çizdikten sonra çizerek tüm kursun içeriğini dikkatli ve eksiksiz bir şekilde kopyalayabildim!

Civciv oluşumunun yirmi bir günlük mucizesini olabildiğince hızlı bir şekilde çizmem yaklaşık bir buçuk saatimi aldı. Açıkça etkilendim, şimdi aniden güzel olan profesörüm gülümsedi ve "Eh, sanırım A'yı hak ediyorsun!" dedi. Güneş ışığı suyun üzerinde parıldadı, uzun kuyruklar hafif esintiyle dalgalandı ve hayatın nazik harikası her yerdeydi.

Raporlar: Psilosibin Mantarları

Machine Translated by Google

Stephen Grey

Stephen Gray kendisini "yaşam boyu bir öğrenci, öğretmen ve ruhsal yolların, özellikle Tibet Budizmi ve Kızılderili Kilisesi'nin peyote törenlerinin araştırmacısı olarak tanımlıyor. İyileşme ve uyanış alanlarında başka birçok modaliteyi inceledim ve uyguladım. Ayrıca bir öğretmen, şarkıcı söz yazarı ve sanatçı adı altında şifa ve ruhsal çalışma için müzik bestecisi olarak müziğe çok fazla zaman ve sevgi adadım. .

Psilosibin Mantarları. Makalenin tamamı www.stephengrayvision.com adresinde "düşük dozlu psilosibin mantarlarının faydaları" aranarak bulunabilir.

Orta ila yüksek dozlarda psilosibin mantarlarının, avantajlı iç ve dış koşullara (genellikle set ve ortam adı verilir) verildiğinde, çarpıcı içgörü, muhteşem güzellik vizyonları, sevgi bolluğu, ruh varlıklarla temas, ve ayrı egonun sınırlarının tamamen ötesinde otantik mistik deneyimler. Bu mantarlarla çok düşük doz deneyimlerinin faydaları çok daha az tartışılmaktadır.

Hafta sonları müzik dinlemek için sık sık arkadaşlarımla bir araya gelirim. Bu akşamlardan birinde, kurutulmuş ve donmuş Psilocybe cyanascens koleksiyonu olan bazı arkadaşlarımın evine gittim . Bir deney yapmaya karar verdik. Çok düşük bir dozun, çalma ve şarkı söylemenin duygularını ve mekaniğini nasıl etkileyeceğini görmek istedik.

Her birimiz iki orta boy kurutulmuş mantar yedik, sapları belki bir inç ve bir yarım uzun ve kapaklar bir inçin yarısı ila dörtte üçü arasında. Onları tartmamıza rağmen, önceki deneyimler bir gramdan daha az kuru ağırlıktan bahsettiğimizi gösteriyor. Birkaç saat önceden oruç tutmak gibi özel bir hazırlık yapmadık, ancak bu tür şifalı bitkileri tüketmeden önce her zaman kısa bir dua, adak ve/veya şükran ifadesi sunarak onlarla bağlantı kurmaya çalışıyorum. bitkinin ruhu.

Machine Translated by Google

Bu hiçbir şekilde güvenilir bir bilimsel deney değildi. İkisinin birbirini oldukça iyi tamamladığını bilerek, mantarların yanına biraz esrar ekledik. Sonuç olarak, mantarların esrarın biraz daha bulanık etkilerini, ince ama fark edilir bir zihin ve duygu keskinliği ile aştığını söyleyebilirsiniz.

Bu keskinliğin sonuçlarından biri de gitar çalmamın daha odaklı ve çevik hale gelmesiydi. Artık çoğu şarkıyı kusursuz bir şekilde çalacak kadar gitar çalmıyorum, ancak o gecelerde çalım tarzım kesinlikle daha fazlaydı. Ayrıca sözleri hatırlama yeteneğimin normlarımdan belirgin şekilde üstün olduğunu fark ettim.

Keskinlikle birlikte, şarkıların duygularıyla bağlantı kurmama yardımcı olan kalbin yumuşaması oldu. Çalmaktan hoşlandığım şarkıların çoğu, mutlaka açık ve basit anlamlar ortaya koymayan şiirsel sözlere sahip. Bob Dylan ve Leonard Cohen'in şarkıları böyle olabilir... Bu düşük dozlu mantar seansları sırasında, zihnimin bir anda daha önce gözümden kaçan anlamları geveledi̇ği̇ni̇ fark ettim.

Daha önce Psilocybes ile not etmiştim ve bu deneyimlerde mantarın, olayları net bir şekilde görme ve kişisel konular hakkında doğrudan konuşma konusundaki çekingenliği ve tereddütü geçici olarak ortadan kaldırdığını tekrar doğrulamıştım. Ve kendi hakkında söylenen bu gerçekleri duymak, onları söylemek kadar kolay görünüyor. Arkadaşlarla, utanmadan kendimizi ifşa ettiğimiz çok samimi konuşmalar yaptım.

ve savunma tepkilerini artırmadan hassas konular hakkında konuştu.

Bu kadar küçük dozları almak, çoğu insanın kendi başına güvenle yapabileceği bir şeydir. Yararlı etkileri ortaya çıkarmak için özel bir ritüel gerekli değildir, ancak deneyimlerime göre bitkinin thS>G ruhu her zaman potansiyel olarak mevcuttur ve rica edildiğinde ve saygıyla muamele edildiğinde bu yumuşak deneyimleri bile kutsaması ve güçlendirmesi çok daha olasıdır.

Birkaç uyarıdan bahsedeceğim. PsiJocybes , Kuzey Amerika'nın belirli bölgelerinde etrafımızda olmasına rağmen, ilk başta tanımlanması kolay değildir ve benzer görünümlü ancak zehirli mantarlarla kolayca karıştırılabilir. Yerel Psilocybe cyanascens'i gösteren deneyimli bir mikofilim vardı ve o zamandan beri başka bir arkadaşıma onları nasıl tanımlayacaklarını gösterdim.

Machine Translated by Google

Elbette tüm mantarlar aynı güce sahip değildir ve tüm insanlar aynı şekilde tepki vermez. Bir keresinde iki küçük tane yedim ve etkileri çok fazla etki yaratamayacak kadar inceydi.
Başka bir zaman, biraz daha yüksek bir dozla, bir gram ile bir buçuk gram arasında bir yerde denedim. Müzik çalmak için bu miktar biraz fazla olduğunu kanıtladı. Efektler işlevselliğime müdahale etti.

Bu bitkilerle ilgili kültürel anlayışımızı değiştirip onları ilaç olarak görmeye başlarsak, saygıyla ve iyi niyetle kullanıldığında, düşük doz psilosibin iyi bir ilaç diyebilirim. ilacın etkilerinin ortaya çıkması için doğru türde bir alan. İncelikleri fark etmek, kalbin yumuşamasını hissetmek ve ortaya çıkan içgörüleri yakalamak için zihnin "meşguliyetinde" yeterli alan olmalıdır.

anita

"Anita" profesyonel bir sanatçının modelidir.

Bir keresinde, New York'ta çok profesyonelce aşırıya kaçarken, iyi bir miktarda mantar buldum. Ama hepsini bir kerede almak yerine, her gün bir tutam aldım. Duygusal olarak çok daha dengeli olduğumu ve dünyayı ayrık değil, birbiriyle bağlantılı olarak görebildiğimi keşfettim. Tamamen zevkli bir deneyimdi.

Nathan

"Nathan", Güney Kaliforniya'da bir sahil kasabasında yaşayan profesyonel bir bas ve gitarist ve kendini işine adamış bir sörfçü.

Geçen gün küçük bir mantar yedim ...sörf yapmaya gittim. Hayat değiştiren bir olaydı. Vücudumda çok daha fazlaydım ve onu daha derinden hissedebiliyordum. Dalganın binlerce kilometre geldiğini ve sahile çarpmadan önceki son birkaç saniyesinde^7 bir araya geldiğimizi hissettim . Ama en iyisi, daha büyük bir dünyaya yeniden bağlanmış gibi hissetmekti. Bu kadar özel olan şey, son birkaç haftadır gerçekten moralim bozuktu.

Uzun süreli harika bir aşk ilişkisi sona erdi ve harap oldum. hala üzgünüm

Machine Translated by Google

ama bunun benim bir parçam olduğunu biliyorum. O gün uyum sağladım ve kaybetmedim. Oh, evet, sörfüm kesinlikle harikaydı.

Hoşgörü Sorusu

Bir zamanlar önde gelen bir LSD kimyagerine, "Charles"ın kullandığı gibi "her üç günde bir" rejimin gerekli olup olmadığını sordum, çünkü çoğu psikedeliklerin tekrarlanan dozlarının alınamayacağı ve bunların etkili olmaya devam etmesinin sağlanamayacağı çok iyi biliniyor.

İlk cevabı şuydu: " Belirleyebildiğim kadarıyla, aşikar olandan daha az dozlar toleransa neden olmaz, bu da günde on dozdan yararlanma lehine tartışılabilir. art arda birkaç gün alt saptanabilir dozlar, ertesi gün benzer, ancak saptanabilir bir doza tolerans göstermez. Bu alt saptanabilir düzeyde, gerçekten en fazla, bir şey aldığınız en küçük imalar vardır."

Ön Sonuçlar

Bu raporlar 2010'da aldığım raporları temsil ediyor. Raporların birkaç ortak noktası var. Herkes deneyimlerinin olumlu ve değerli olduğunu söyledi.

"Charles", kademeli bir açıklık ve farkındalık birikimi olduğunu ve sonunda alt algısal olmayan günlere yayıldığını öne sürdü. Madeline ve Stephen, iyi yaptıkları şeyde daha iyi yaptıklarını belirttiler - aşırı derecede değil, fark edecek kadar.

Birkaç raporun belirttiği gibi, bu kadar düşük bir doz alan biri, dünya söz konusu olduğunda normalden biraz daha iyi işlev görür. Bugüne kadar, düşük algılanan dozların herhangi bir sosyal bozulmaya, kişisel rahatsızlığa veya işle ilgili herhangi bir zorluğa neden olduğuna dair hiçbir rapor almadım. Bununla birlikte, bu, araştırma için daha fazla fırsat açıldıkça önemli ölçüde ilgi çekebilecek bir alana çok ön bir bakıştır. Albert Hofmann'ın "az araştırılmış bir alan" dediği şey hakkında daha fazla bilgi sahibi olabiliriz.

"

Machine Translated by Google

16

MEVCUT KULLANICILARIN ANKETLERİ

Bu, Uyuşturucularla İlgili Beyniniz

Birkaç yıl önce, New York'taki Açık Merkez beni mevcut psychedelic durum hakkında konuşmaya davet etti. Konuşmam, psychedelic araştırmacısı Dr. Charles Grob'un "uzun süreli bir durgunluk" olarak adlandırdığı kırk yıllık araştırma kıtlığı hakkında kısa bir rant içeriyordu.
Bu durgunluk sırasında, ne hükümet ne de herhangi bir araştırmacı, milyonlarca insanın neyin peşinde olduğunu araştırma zahmetine girmedi.

Bir yıl sonra, "bütün diğer insanların yapmadıkları" konusundaki haklılığımdan kurtulduktan sonra, San Francisco Eyalet Üniversitesi'ndeki bir öğrenci grubu benden psychedelics hakkında konuşmamı istedi. Onlara kendi uyuşturucu kullanımlarını sormaya karar verdim ve bu amaçla bir sayfalık bir anket tasarladım.

Bu anketin tamamlanması yaklaşık beş dakika sürdü. İnsanların hangi psychedelics'i aldıklarını ve bunu yapma nedenlerini sordu. En iyi ve en kötü deneyimler, daha önce kendilerine rehberlik edilip edilmedikleri, gelecekteki niyetlerinin ne olduğu ve demografi hakkında bazı sorular sorulmuştur. O gece yetmiş sekiz kişi formları doldurdu.

Kısa bir süre sonra, ortabatıdaki iki üniversitede psychedelics hakkında ders alan birkaç öğrenci, bazı Stanford öğrencileri, kendilerini "psikonotlar" olarak tanımladılar.
Öğrenci grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı için bu öğrenciler tam öğrenci örneklemini oluşturmak için birinci gruba eklenmiştir.

Verileri analiz etmeye başlarken, bundan önce yapıldığını varsaydığım birçok çalışmayı gözden geçirmek için psikolojik, tıbbi ve psikometrik araştırma veri tabanlarına başvurdum. BT

Machine Translated by Google

ABD hükümetinin lise öğrencilerine daha önce çeşitli maddeler kullanıp kullanmadıklarını soran yıllık bir anketin ötesinde çok az veri bulunduğunu öğrenmek şaşırtıcıydı.

Son otuz beş yılı aşkın süredir literatürde hiçbir şey kullanıcılara benim sorduğum sorular gibi bir şey sormamıştı. Hatta yakın olan sadece iki çalışma vardı. 1983'te yayınlanan ilki, yetmiş bir kişiyle röportaj yaptı. Sayısal verileri sunmadan şu sonuca varmıştır:

- "Orta düzeyde çoklu uyuşturucu kullanımı normdu."
- "Çoğu insanın bir 'seçenek ilacı' vardı."
- "Psikedelik ilaçları uzun süre kullanmaya devam eden çok az insan vardı."1

Doksanlarda yapılan ikinci çalışma, bizimkilerden farklı sorular sordu.

İsveç'teki psychedelic kullanıcıları. Bu kadardı. İki çalışma.3 Bu bilgi kıtlığının ışığında, düşük maliyetli araştırma projem uzatılmaya değer görünüyordu.

Nisan 2010'da psychedelic araştırmaları üzerine bir konferansta sunumum sırasında ikinci bir örnek olarak 163 kişiyi ekleyebildim. (Diğer iki örnek - İkili Olmayan Bilinç Konferansına katılanlardan biri ve Chicago'daki bir ilgi grubundan gelen - analiz ediliyor.)

Aşağıda, öğrenci ve konferans örneklerinden elde edilen bazı ön bulgular bulunmaktadır. Bunlar saha notlarıdır, bitmiş resmi araştırma değildir; bu nedenle, verileri çok az yorum veya analizle sunuyorum. Araştırmayla ilgili güncellemeler için lütfen www.jamesfadiman.com ve www.psychedelicexplorersguide.com adresini ziyaret edin.

Öğrenci Örneği

Toplam öğrenci örnekleminde 108 katılımcı vardı.1 ' Bu toplamın kırk sekizi erkek ve kırk üçü kadın cinsiyetlerini listeledi. İki yaşlı hariç, yaş aralığı

bu örnek, ortalama yaşı 22.7 olan 17 ila 28 yaş arasındaydı. f

Machine Translated by Google

Alınan Maddeler

Öğrencilere ne aldıkları soruldu ve sekiz olasılık sunuldu: altı psikedelik, MDMA ve "diğer". Sekizin her birini kullanan öğrencilerin yüzdeleri şekil 16.1'de gösterilmektedir.

Grubun yüzde 50'den fazlası mantar/psilosibin, LSD, MDMA ve

Salvia divinournBunun aksine, sadece iki kişi ayahuasca'yı denemişti. Listede olmayan maddeler şunlardır: (terimleri) Nitrous, DXM, 2-CB, ketamin, LAS, sabah zafer tohumları ve gülme gazı. Alınan psychedelics sayısı ("diğer" hariç) sekiz (bir kişi) ile sıfır (beş kişi) arasında değişmektedir. Ancak sıfır sayılanlardan bazıları "diğer" maddeler kullanmıştı. Bir öğrencinin aldığı ortalama farklı madde sayısı 4.3 idi. Öğrencilere her bir maddeyi kaç kez kullandıkları sorulmamıştır.

Öğrenciler, bu
maddeleri neden aldıklarına dair on nedenden oluşan bir listeden seçtiler. Sonuç^0 şekil 16.2'de sunulmuştur.

En sık seçilen nedenler sırasıyla: eğlence, kendi kendini iyileştirme ve problem çözme; hepsi yüzde 50'nin üzerindeydi. En az seçilen nedenler cinsel gelişim ve sosyal baskıydı. Bu örnekte, diğer psikedeliklerden daha sık sosyal ve eğlence amaçlı kullanıldığından, "eğlenceli" seçeneklerin kaçının MDMA kullanımıyla ilişkili olduğunu belirlemenin bir yolu yoktur.

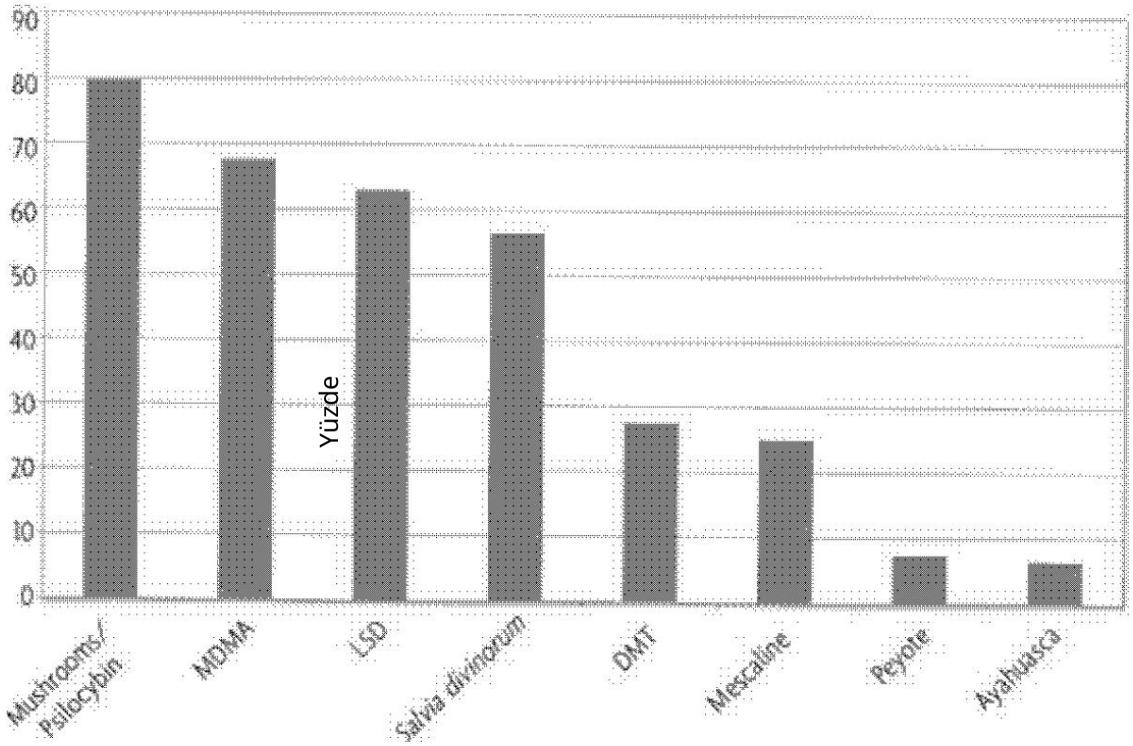


Fig. 16.1. University Students' Self-Reported Substance Use

Machine Translated by Google

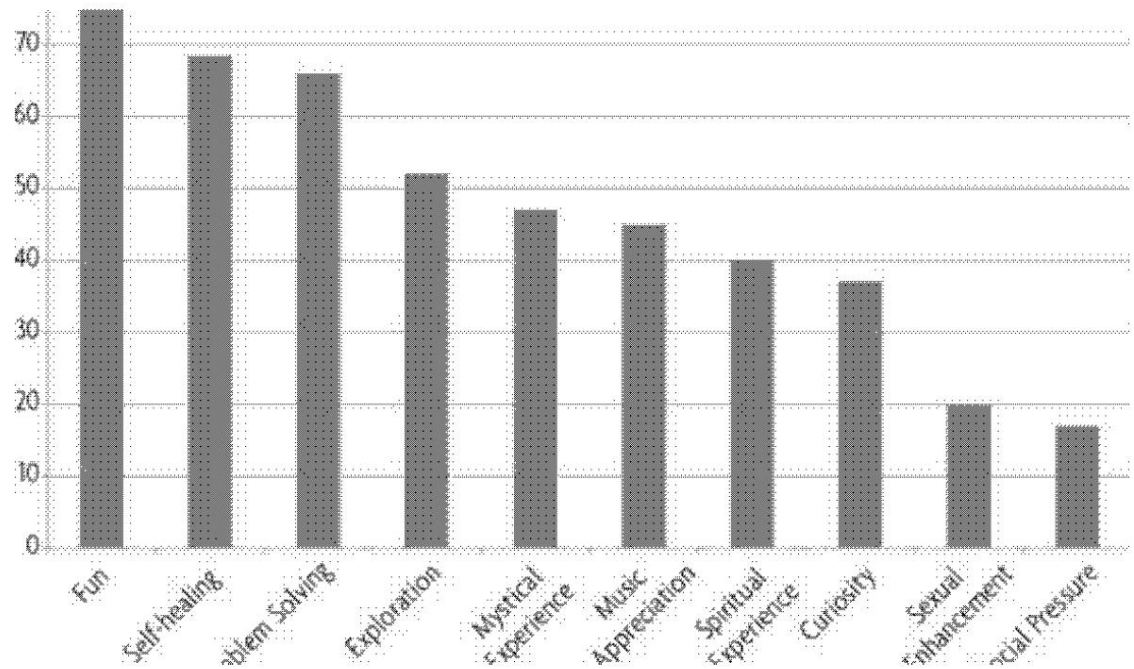
Machine Translated by Google

90

80

ve

c



16.2. Öğrenci Madde Kullanımına İlişkin Nedenler

Alma Nedenleri: Erkek/Kadın Farklılıkları

Şekil 16.3'te gösterildiği gibi, uyuşturucu kullanım nedenleri erkekler ve kadınlar arasında farklılık göstermektedir.

Görülebileceği gibi, kadınların kendi kendini iyileştirmek için bir madde alma olasılığı daha yüksekti. Erkekler bir maddeyi önemli ölçüde daha sık meraktan, ruhsal bir deneyim ya da mistik bir deneyim yaşamak ve müziği daha iyi takdir etmek için alırlar. Aslında, erkeklerin kendi kendini iyileştirme dışındaki tüm nedenlerle psychedelics alma olasılığı daha yüksekti.

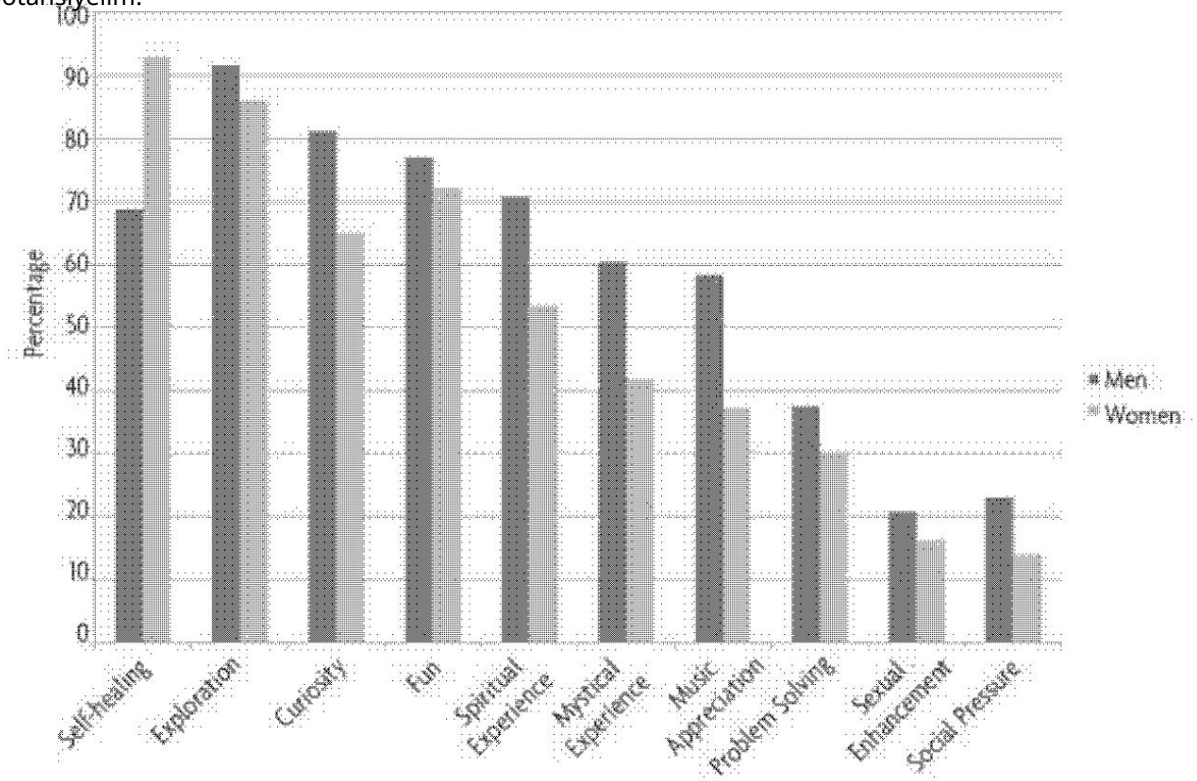
Olumlu ve Olumsuz Etkiler

Machine Translated by Google

Öğrencilerden tüm deneyimlerinden en büyük faydayı ve en yüksek maliyeti tanımlamaları istendi. Faydalar ve en yüksek maliyetler için temsili beyanlar listelenir
aşağıda.

Faydalar

- Bu şaşırtıcı varlıkla –Tanrı?– karşılaştım ve
  her şeyde mükemmellik.
- Zihnimi açan kendi kendini iyileştirme, anlama deneyimlerim oldu ve birçok
  yaratıcılık vizyonları ve potansiyelim.



16.3. Uyuşturucu Kullanımı İçin Verilen Nedenler

Olabileceğim en mutlu bendim ve hayatın büyüsünü ilk kez fark ettim.

Machine Translated by Google

• Daha iyisi için kişiliğimde tam bir değişim yaşadım. • MDMA ile
insanlara ve doğaya olan sevgimi ifade edebildim. LSD ile ben
ilk kez maneviyatımı buldum ve hayatımın en güzel gecesini yaşadım.
• İnsan ötesi dünyayla (LSD) iletişim.

En Yüksek
Maliyet • Vücudun her yerinde, beni hiçe sayan eski desenler gördüm. Fakat
ilişkiler sabah güneşi ile geri geldi ve hayat neşeliydi.
• İlk kez LSD yaptığımda, yolculukta yalnız kaldım ve hayat ^ 1 yaşadığım acılara ağladım . Korkunçtu ve
sevilmemiş ve yalnız hissettim. Ben de üzüntümden dolayı rahatsız edici görseller yaşadım.

• Her yere yağ damlıyor, teknoloji gezegeni ele geçiriyor. • Sahilde turşu
otu topluyordum; O salviayı aldığımda bitkilerin bana kızdığını hissettim ve bu eğlenceli değildi. •
Öleceğimden emindim ve bir araba kazasında ölmenin nasıl bir şey olduğunu hissedebiliyordum.

• İki saatlik sefalet, ama yine de kime güveneceği konusunda gerekli bir dersi aldı.

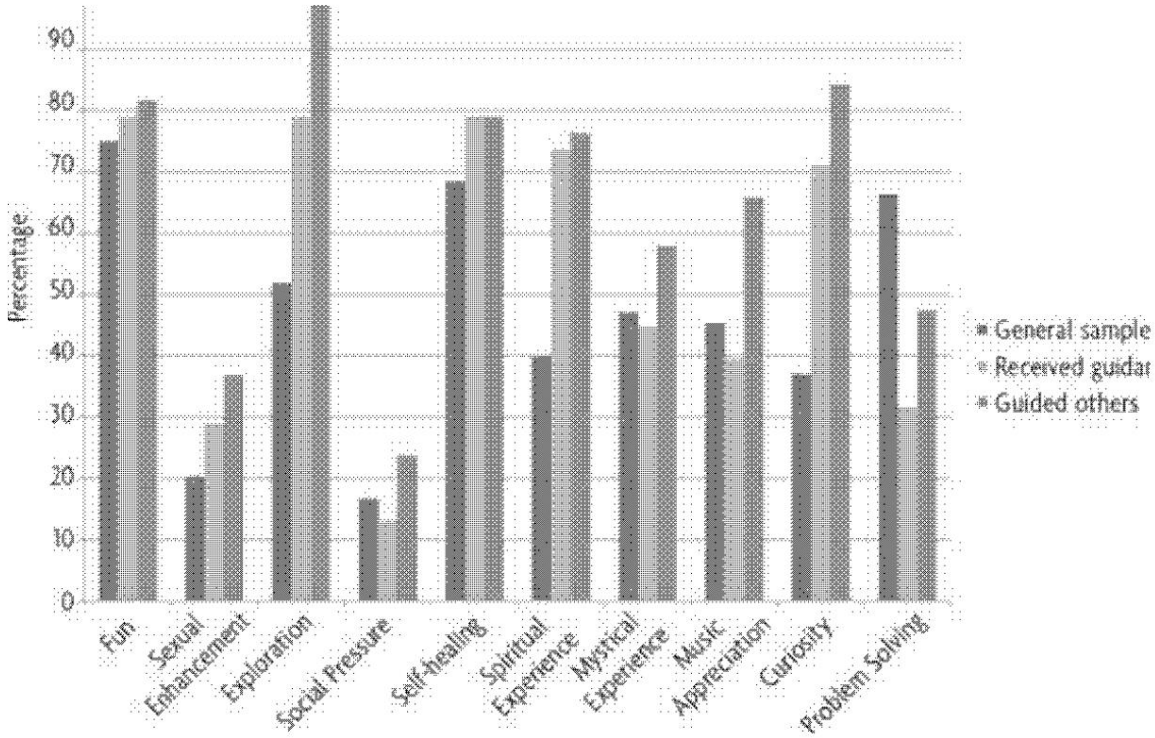
Hidayet Olanlar veya Hidayet Edilenler

Bu deneyimler için rehberlerin değeri bu kitabın ana teması olmuştur, bu nedenle anket ayrıca deneyimlerin rehberleri içerip içermediğini de sormuştur. Örneklemin yüzde otuz yedisi ya yönlendirildi ya da yönlendirildi. Madde kullanımı için verilen sebepler, yönlendirilip yönlendirilmelerine göre sıralanmış olarak, sayfa 218'de şekil 16.4'te sunulmuştur.

Yönlendirici ilişkinin her iki tarafındaki öğrenciler, psikedelikleri araştırma, kendi kendini iyileştirme, ruhsal ve mistik deneyimler ve merak için tüm örnekten daha sık kullandılar. Rehberlik edilen ya da rehber olan hiç kimse bunun sebebinin "eğlenmek" olduğunu söylemedi.

Machine Translated by Google

100



16.4. Hidayet Edenlerin veya Başkalarına Yol Gösterenlerin Sebepleri

Gelecek niyetleri

Sorulan son soru, gelecekte psychedelics almayı düşünüp düşünmedikleriydi. Yüzde seksen iki evet dedi, yüzde yedi hayır dedi ve yüzde yedi hayır dedi

cevap veya emin değildi.

İlk Gözlemler

Bu anketin sonuçları, psikedelik araştırmalarla ilgilenen bir gruptan beklenebilecek gibi olsa da, bunun gibi verilerin daha önce elde edilmemiş olduğunu unutmayın.

Machine Translated by Google

önce toplandı. Bu örnek ilaç literatüründe benzersizdir. Sunulan sonuçlar gözden geçirildiğinde, ortaya çıktı ki,

- Öğrencilerin psychedelic ilaçlara geniş erişimi vardır •
  Bunları çok çeşitli durumlarda kullanmışlardır • Kötü deneyimler
  yaşamışlardır ancak nadiren ilacın kendisini suçlarlar • Onları almaya
  devam etmek niyetindedirler

"En yüksek maliyeti" soran bir madde, öğrencilerin bir kısmı kullanılan ilaçların dolar maliyetini sorduğunu düşündüğü için düşürüldü. Müteakip anket örneği^2 , bunun yerine aynı soruyu çerçevelemenin daha iyi bir yolu olan "en kötü yan etkiler" hakkında sorular sordu.

Öğrencilerin tek bir "gezi" için yeterli miktarda madde için ödediği fiyatın nadiren sekiz doların üzerine çıktığını öğrendik. Öğrencilerin hiçbiri bu maddelerin yasa dışı olduğundan en ufak bir endişe duymuyor gibiydi. İlk vizyona giren bir sinema bileti fiyatına kıyasla güçlü, anlamlı, dönüştürücü veya eğlenceli vakit geçirebilirler.

İlk grubu sorguladığımda, başka bir öğrenci örneği alıp alamayacağımdan emin değildim, bu yüzden takip etmek için cep telefon numaralarını istedim. ("Dilerseniz, lütfen bana cep telefonu numaranızı verin; isim vermeyin lütfen.")

Meslektaşlarımdan bazıları, hiç kimsenin bir yabancıya yasa dışı davranışların bir listesini ve telefon numarasını verecek kadar aptal veya güvenilmez olmayacağı konusunda ısrar etti.
Belki de akşamın ruhuna ya da öğrencilerin kendi uyuşturucu kullanımını düşündükleri sıradan bir şekilde, otuz yedi öğrenci sadece cep numaralarını yazmakla kalmadı, birkaçı da e-posta adreslerini ekledi.

Veri toplama kolaylığı ve yanıtların zenginliği,
diğer gruplardan veriler, özellikle profesyonel bir konferanstan bir örnek.

Konferans Örneği

Machine Translated by Google

Nisan 2010'da San Jose, California'da düzenlenen ve MAPS vakfının ev sahipliğinde düzenlenen 21. Yüzyılda Psychedelic Science in die 21st Century konferansı, dünyadaki hemen hemen tüm yasal psychedelic araştırmacılarını bir araya getirdi. 1.200'den fazla kişi katıldı. Enteojenik deneyim üzerine sunumumda, orada bulunanlardan bir anket doldurmalarını istedim; 161 kişi doldurdu. Yaşlarını sıralayan 117 kişiden 16 ila 74 yaşları arasındaydı ve ortalama yaş 42 idi. Cinsiyetlerini sıralayanların 88'i erkek, 51'i kadın ve 1'i transeksüeldi.4

100

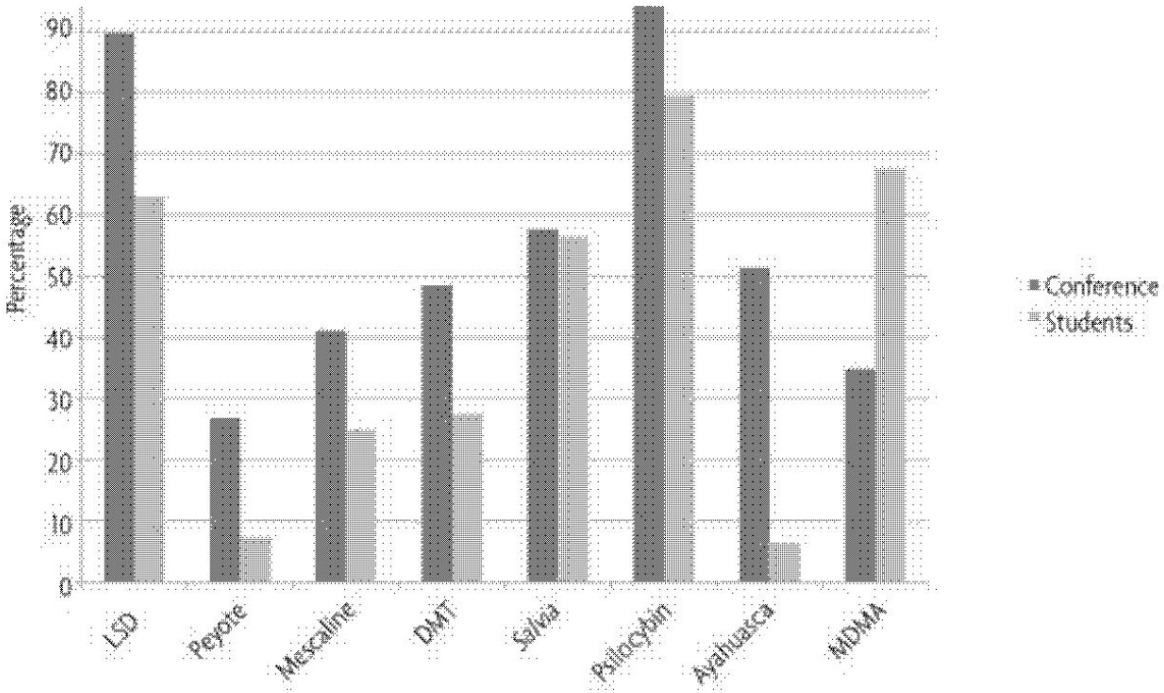


Fig. 16.5. Substances Used by Students and by Conference Attendees

Madde Kullanımı

Grubun yüzde 50'den fazlası mantar/psilosibin ve LSD (her ikisi de yüzde 88'in üzerinde), Salvia divinorum ve ayahausca ile deneyime sahipti. ayahausca kullanan yüzdeler ve

Machine Translated by Google

MDMA, öğrenci örneğinden önemli ölçüde farklıdır, birçoğunun ayahausca kullanmış olması3 ve çok daha azının MDMA kullanmış olması.

Beklenebileceği gibi, bu konferans katılımcılarının yaşı göz önüne alındığında, MDMA dışındaki her ilaç için genel kullanımları öğrencilerinkinden daha fazlaydı. Öğrenci örneğinde, "diğer" olarak eklenen sadece altı madde vardı. Bu konferans örneğinde çok daha fazlası vardı. Listelenen ilaçlar dahildir (liste eksiktir) nitröz oksit, 2-
CB, ketamin, ibogain, San Pedro, 2-CT7, 2CI, 5-MBO, MDA, @-CE, 2CX, TCB, LAS, DOB, DOI, DOC, seratonin, TCT9, Rue, 4Aco-DIPT, metilon, bufo , GHB, bebek gül ağacı, sabah zafer tohumları ve DXM. Örneklemin birkaç genç üyesi de kokain listeledi. Kokainin bir psychedelic olduğunu düşünmeleri pek olası değil ama muhtemelen denedikleri her ilacı listelediler.

Bir konferans üyesinin aldığı ortalama farklı madde sayısı 5.4'tü, bu da 4.2'lik öğrenci örneğinden önemli ölçüde fazlaydı. Aradaki fark, bu grubun daha yaşlı olması ve dolayısıyla daha fazla yıl fırsatına sahip olmasıyla açıklanabilir. Diğer olasılıklar boldur, ancak bunlar daha fazla analizden sonra keşfedilmeyi bekleyecektir.

Tek bir kişi tarafından listelenen maksimum ilaç sayısı yirmi dörttü ve
en düşük sıfırdı (kalp rahatsızlığı olduğunu yazdı).

Eğitim: 142 Yanıtlar Öğrenci
örneklemindeki bireylere yaşları, okudukları yıl (örn. konferans örneğindeki bireylere basitçe eğitim düzeyleri sorulmuştur.

En büyük beş grup şunlardı:

Machine Translated by Google

Eğitim seviyesi	Yanıt Sayısı
B.A./B.S.	53
MA/MS	25
Doktora	22
doktor	14
Bazı üniversite	10

Bu örneklemdeki insanlar genellikle iyi eğitimliydi. Rastgele bir örnek değildi
tüm grup, ancak bilime daha az kafa yoran katılımcıların bir alt örneği. Bu bilgilerin toplandığı toplantı, konferansın "kültürel"
ayağındaydı.
"bilimsel" ana parça ile aynı anda koştu.

Meslek veya Meslek: 141 Yanıt Katılımcılar tarafından
listelenen kırk iki farklı meslek vardı. beş mogP4
ortak meslekler örneklemin yalnızca yüzde 50'sini temsil ediyordu. Sırayla şunlardı:

Meslek	Yanıt Sayısı
Öğrenci (neredeyse tüm yüksek lisans öğrencileri)	32
Psikolog	22
MD/psikiyatrist	13
Bilgi Teknolojisi	9
İş sahibi	6

Hiç kimse kendini işsiz olarak listelemedi. Örnek popülasyondaki herkes kendisini eğitimli ve çalışan olarak listeledi. Bu önemsiz
bir bulgu gibi görünse de, psychedelics kullanımının yarattığı uzun spekülasyon tarihiyle çelişiyor.

Machine Translated by Google

o daha az işlevsel, daha az üretken ve son derece rekabetçi bir ortamda başarılı olma olasılığı daha düşük
toplum. Basitçe söylemek gerekirse, bu çoklu uyuşturucu kullanıcıları örneği klişeleri desteklemiyor.

En İyi Deneyimler: 120 Yanıt "En iyi yolculuk"
için hangi maddenin kullanıldığını sorduk. Belirtilen yirmi farklı madde veya kombinasyondan en yaygın beşi şunlardı:

Madde	Yanıt Sayısı
l.s.d.	42
Mantar/psilosibin	24
Ayahuasca	16
MDMA	9
DMT	6

En Kötü Deneyimler: 126 Yanıt

Katılımcıların çoğu, en zor veya rahatsız edici deneyimlerinin aynı zamanda en faydalısı olduğunu belirtirken, biz en
kötüsü için hangi maddenin kullanıldığını sorduk.
gezi, ancak en kötü terimini tanımladılar. Yirmi bir madde veya kombinasyondan
atıf yapılan, en sık bahsedilen beş idi:

Madde	Yanıt Sayısı
l.s.d.	47
Mantar/psilosibin	32
Ayahuasca	11
Salvia divinorum	9
DMT	6

Machine Translated by Google

Bu iki liste hemen hemen aynıdır, ancak Salvia divinorum neredeyse "en iyi yolculuklar" (bir kişi listelemiş) altında görünmüyor ve MDM A "en kötü yolculuklar" listesinde hiç görünmüyor. Genel olarak, set, ortam, bakıcı ve benzerleri, iyi veya kötü bir deneyimi belirleyen değişkenlerdir ve bu, burada en çok atıf yapılan maddeler (LSD, mantar/psilosibin ve ayahausca) için doğru görünmektedir, ancak Salvia için geçerli değildir. divinorum ve MDMA'nın en iyi ya da en kötü olması daha olasıydı, ancak ikisi birden değil. ,

En Kötü Etkiler: 152 Tepkiler Bu
maddelerden herhangi biri hakkındaki araştırmaların ve popüler literatürün çoğu , deneyimin kendisine veya deneyim bittikten kısa bir süre sonra yaşanan duygulara odaklanır. Anketimizde, katılımcılardan uzun yıllara dayanan deneyimlerine bakmaları ve sonradan fark ettikleri en kötü etkiyi belirtmeleri istendi. Belirtilen kırk dokuz farklı etkiden en sık bahsedilen sekizi şunlardı:

İkincil etki	Yanıt Sayısı
Yorgun	28
Bunalımlı	26
Baş ağrısı	9
Endişe	7
Fiziksel ağrılar ve uykusuzluk	6 adet
Kusma ve paranoya	5 adet

Bu listeyi gözden geçirerek, en azından bu popülasyonda kullanılan maddelerin çok tehlikeli görünmediği sonucuna varılabilir. Bununla birlikte, "tamamen arıza", "neredeyse hipotermiden öldü" ve "hafif TSSB" dahil olmak üzere daha ciddi yan etkilerin yanı sıra daha ciddi "merdivenlerden düştüm ve fiziksel ihtiyacım vardı.

üç aylık terapi" ve benim kişisel favorim, "matematik dersine olan ilgimi kaybetti."

Machine Translated by Google

En psikodelik yanlısı savunucuların bile bu maddelerin,
yanlış kullanıldığında ve hatta dikkatli kullanıldığında ciddi ve kalıcı zihinsel hasara neden olmuştur.

Aynı konferansta, psikedelik olarak farkında olan bir terapist arayan açık ve kişisel olarak çekici bir genç adamla zaman geçirdim. Dokuz ay kadar önce, kendisini o kadar rahatsız eden kötü bir yolculuk geçirmişti ki işini kaybetmiş ve iyileşmeye başlamadan önce birkaç ayını evsiz ve arabasında uyuyarak geçirmişti. Çok daha iyi olsa da, hala yardıma ihtiyacı olduğunu hissetti.

Bu dikkate alındığında, bu örnek, birçok farklı ilacın uzun yıllar boyunca birden çok kez kullanılmasının nispeten küçük yan etkilerini tanımladı.

Spesifik Etkiler İçin Kullanılan Maddeler

Konferans örneğine verilen ankette, öğrenci örneğinden farklı olarak, katılımcılara her bir maddeyi alma nedenleri sorulmuştur. Birkaç özel eşleştirme, dikkate alınabilecek soruların kapsamını önerir.

Soru: Keşif için Hangi Maddeleri Aldınız?

Madde	Yanıt Sayısı
l.s.d.	128
Mantar/psilosibin	125
Salvia divinorum	62
D MT	60
Ayahuasca	57
Meskalin	46
peyote	24

Machine Translated by Google

Yukarıdaki listeyi, hangi soruyla ilgili bir soruya verilen aşağıdaki yanıtlarla karşılaştırın:
ilaçlar farklı bir nedenle alındı.

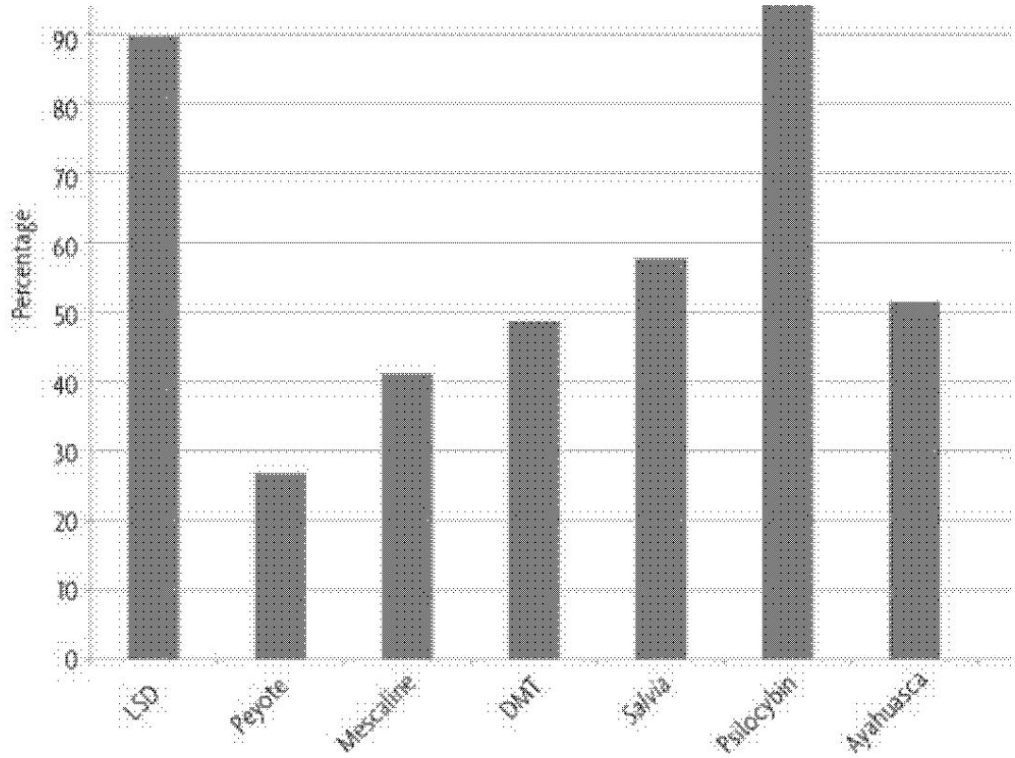
Soru: Spiritüel/Mistik Deneyimler için Hangi Maddeleri Aldınız?

Madde	Yanıt Sayısı
Mantar/psilosibin	105
l.s.d.	99
D MT	51
Ayahuasca	48
Meskalin	37
Salvia divinorum	35
peyote	27

LSD ve mantar/psilosibin, hem keşif hem de ruhsal/mistik deneyimler için tercih edilen psikedeliklerdir. Ancak, çok daha az insan ruhsal ve mistik deneyimler için psychedelics aldı.

Machine Translated by Google

100



16.6. Keşif ve Manevi/Mistik Deneyim için Seçilmiş Saykodelikler

MDMA her iki listede de görünmüyor çünkü çok az sayıda katılımcı onu da alıyor keşif veya manevi/mistik deneyimler için.

Bu sonuçları bir histogram olarak görmek daha kolay olabilir (şekil 16.6).

Madde Kullanma Nedeni Olarak Cinsel Güçlenme: 141 Yanıt Bu, madde kullanımı ve cinsel davranış ilişkisi hakkında sorulan bir başka soruydu. Klinik ve enteojenik literatürde, bu maddelerin, özellikle vücuttan tamamen ayrılma hissinin olduğu doz seviyelerinde, cinsel deneyimi iyileştirmediği iyi bilinmektedir. Ancak örneğe madde kullanma nedenlerinden birinin cinsel güçlendirme olup olmadığını sorduğumuzda beklenmedik bir sonuç çıktı.

Machine Translated by Google

Madde	Yanıt Sayısı
Mantar/psilosibin	46
l.s.d.	40
MDMA	28
2-CB	5

Bu bulguyu yorumlamanın birçok yolu vardır. Birincisi, literatürün yanlış olduğunu veya en azından rehberler veya gözlemciler ile ortamlarda yapılan çalışmaların, cinsel davranışların varlığını engellediği için eksik rapor edeceğini varsaymaktır. Alternatif bir açıklama, bu sorunun cinsel zevkin veya performansın gerçekten arttırılıp artırılmadığını değil, yalnızca maddelerin alınmasının bir nedeni için sorulması olabilir. Üçüncü bir olasılık, bunun bir dozaj sorunu olması ve performansı artıran bir "disko vuruşu" (örneğin, 50 mikrogram LSD) olabilir.

duyusal farkındalık cinsel farkındalığı da artırır.

Bilimsel makalelerin neredeyse her zaman rapor ettikleri her şeyin sonunda söylediği gibi7 üzerinde, "Daha fazla araştırma belirtilmiştir."

Belirli Bir Saykodelik Kullanmanın Nedenleri Belirli bir saykodelik almanın nedenlerini de sorduk. Örneğin, "Neden ayahausca almayı seçtiniz?" (Genellikle birden fazla neden verilmiştir; bu nedenle toplam neden sayısı örneklemdeki birey sayısını aşabilir.) En çok seçilen beş

nedenler şunlardı:

Machine Translated by Google

Sebep	Yanıt Sayısı (92 Katılımcı)
Manevi/mistik deneyim	55
Kendi kendini iyileştirme veya anlama	54
keşif	52
Merak	37
Problem çözme	19

Ayahausca'nın çeşitli nedenlerle alındığını ve tek bir neden olmadığını görebiliriz.
hakimdir.

Sonuçlar

Öğrenci örneğinde olduğu gibi, konferans popülasyonu hakkında birkaç genel sonuç çıkarabiliriz.

- Pek çok farklı psychedelic ilaca erişimleri oldu • Bunları çeşitli nedenlerle aldılar • Kullanımlarından kaynaklanan çok az ciddi, kalıcı veya kötü yan etkileri oldu • Kullanım biçimleri çok daha genç öğrenci örneğinden yalnızca biraz farklıdır

Bu son birkaç tablodan da görülebileceği gibi, bu verileri madencilik yapmak için kullanma fırsatımız var.
yukarıda verilenler gibi daha birçok soruyu yanıtlayın. Bu anketlerin keşfetmemize izin vereceği henüz cevaplanmamış pek çok soru var. Daha önce belirtildiği gibi, bu sonuçlar dört grup anketinden sadece ikisinden elde edilen erken bulgulardır. Geri kalanı

veriler giriliyor ve analiz ediliyor ve sonuçlar zamanında sunulacak
kurs. Diğer birkaç araştırmacı, biriken verilere ilgi duyduğunu belirtti.

Machine Translated by Google

Bu araştırmacıların temel araştırma ekibinden farklı ilgi alanları vardır, bu nedenle yayınlanacak başka tür araştırmalar olacaktır. Gelecekte, tüm veritabanı daha sonraki araştırmacılar için çevrimiçi olarak yayınlanacaktır.

Bu iki örnek, yalnızca Amerika Birleşik Devletleri'nde LSD almış olan yirmi üç milyon insanı temsil etmiyor, ancak daha büyük popülasyonlarda kullanımın kapsamı hakkında provokatif sorular ortaya atıyorlar; bu tür araştırmaları finanse etmek ve genişletmek için ajanslar yapmak.

Machine Translated by Google

17

YANLIŞ ÖNCÜ

Kişisel Hesabım

1995 yılında, iki ileri görüşlü vakıf, Fetzer Vakfı ve Noetik Bilimler Enstitüsü, erken psychedelic araştırmacılarının bilgi ve deneyimlerinin çoğunun yakında kaybolacağını fark etti. Yerli şifacılar tarafından kullanılan düzinelerce bitkinin kaşifi Richard Evans Schultes ve Gordon Wasson gibi kitapları ve dersleri bir neslin gözlerini bu maddelerin doğasında bulunan olasılıklara açan Aldous Huxley, Timothy Leary ve Alan Watts gitmişti. Meksika'da psilosibin mantarlarını yeniden keşfeden kişi. Psikedelikleri işkence veya sorgulama aracı olarak kullanmaya çalışan özensiz ve genellikle korkunç araştırmalar yapan CIA ajanları bile artık hayatta değildi.

Fetzer Vakfı, bir hafta sonu paylaşım ve düşünce için gelebilecek kadar çok özgün araştırmacıya ev sahipliği yapmayı teklif etti. Ancak toplantıdan önce, toplantıyı düzenleyenler, potansiyel katılımcıların her biriyle uzun uzun, videoda görüştüler ve katılamayanların bile katkıda bulunabilmelerini sağlamak için araştırmadaki rollerini tartışmalarını istediler.

Bu bölüm röportajımın bölümlerinden oluşuyor. Psikedelik tarihin benim bölümümle ilgili hatıraları ortaya çıkarmayı amaçlayan sorulara verilen bir dizi cevaptır. Daha uzun bir versiyonu Higher Wisdom: Eminent Elders Explore the Continuing Impact of Psychedelics'te bulunabilir, Roger Walsh ve Charles Grob (her ikisi de kendi başlarına büyük araştırmacılar) tarafından düzenlendi ve SUNY Press tarafından 2005'te yayınlandı.

Machine Translated by Google

Yanlışlıkla bir psychedelic öncüsü olduğumu söylemeliyim. 1 Bu kitabın başka bir yerinde bahsedildiği gibi, Harvard'da bir lisans öğrencisiydim ve küçük bir eğitimde genç,
Richard Alpert adlı dinamik profesör. Arkadaş olduk ve büyük bir araştırma projesinde onun için çalıştığım Stanford'da yaz için birlikte bir ev kiraladık.

Harvard'daki son sınıfımdan sonra, 1960'ta Avrupa'da yaşamak için gittim. Aşağıdaki
İlkbaharda Alpert, Timothy Leary ile birlikte Kopenhag'a giderken psilosibin ile yaptıkları çalışmalara ilişkin ilk makaleyi sunmak üzere Paris'e geldi. Çok iyi durumdaydı ve bana, "Dünyadaki en harika şey oldu ve bunu sizinle paylaşmak istiyorum" dedi. Herkesin yapacağı gibi "Elbette" diye cevap verdim. Sonra ceketinin cebine uzandı ve

küçük bir şişe hap çıkardı. 21 $

Tepkim, "Haplar mı? Uyuşturucular mı? Bu ne tuhaflık?" oldu. Ancak o akşam, Paris'in ana caddelerinden birinde bir kafede otururken o küçük şişeden biraz psilosibin aldım. Bir süre sonra, temelde seansım için bakıcı olduğu otel odama çekildik.

O geceki deneyimlerden, evrenin düşündüğümden daha büyük olduğunu, kimliğimin sandığımdan daha küçük olduğunu ve insan etkileşiminde kaçırdığım bir şey olduğunu ilk fark ettim. Kesinlikle güçlü bir bağdı

aramızdaki deneyim. Ancak, bu oturum herhangi bir soyulmayı içermiyordu.
gerçeklik seviyeleri. Bu daha sonra geldi.

Daha sonra birkaç psilosibin deneyimim oldu, biri Alpert'le, diğeri de kardeşimle, Amerika Birleşik Devletleri'ne döndüm. Taslak kurulumdan temelde "Vietnam'da bize katılmak ister misiniz? Yoksa kanunen size açık olan alternatifleri düşünebilir misiniz?" diyen bir mektup almıştım. O zamanlar yüksek lisans beni cezbetmiyordu ama bana çok

iki kötülükten daha azı.

O sonbaharda Stanford'da lisansüstü çalışmalarıma başladım, psikolojiden hayal kırıklığına uğradım çünkü şimdi psychedelics kullanıyordum ve çok daha fazlası olduğunu biliyordum. ne olduğunu bilmiyordum

Machine Translated by Google

"daha fazla"ydı, ama kesinlikle psikoloji bölümünün bunu öğretmediğini biliyordum.
Bununla birlikte, kurs kataloğunun arkasına gizlenmiş, her şeyden önce bir elektrik mühendisliği profesörü olan Willis Harman tarafından öğretilen İnsan Potansiyeli adlı bir "yüksek lisans özel" buldum. Küçük yazı, "İnsanoğlunun isteyebileceği en yüksek ve en iyi şey nedir?" dedi. ve çeşitli okumalar önerdi. Okurken, "Burada psychedelics hakkında bir şeyler var. Bu adam benim bildiklerimden bir şeyler biliyor" diye düşündüm. O noktada dünyayı, bildiklerimi bilen insanlara -ki bu çok fazla değildi, ama iki ay önce bildiğimden daha fazlaydı- ve bilmeyenlere bölüyordum.

(Doğru bilip bilmediğim , o zaman benim için tamamen yanıltıcıydı.)

Her neyse, hastane kadar sıkıcı bir binada tipik bir elektrik mühendisliği doçenti olan Willis Harman'ın ofisine giden yolu buldum ve "Mezuniyetinizi özel olarak almak istiyorum" dedim. Nazikçe yanıtladı, "Bu çeyrek dolu, ama tekrar vereceğim.

Belki daha sonra ilgilenirsin." Ona baktım ve "Üç kez psilosibin aldım" dedim. Kalktı, ofisinin karşısına yürüdü ve kapıyı kapattı. Sonra işe başladık. .

Sonuç olarak, doğru tahmin etmiştim. Bu kurs onun sorunla başa çıkma yoluydu.
soru, keşfedilmenize veya kovulmanıza neden olmayacak şekilde psychedelics hakkında nasıl öğretirsiniz? Bir süre konuştuktan sonra, sadece dersi almakla kalmayıp, aynı zamanda birlikte öğretmeye de karar verdik, çünkü Harman'ın aksine, benim için neler olduğu konusunda açık olmaya istekliydim ve çok daha az şeyim olduğunu düşündüm. kaybetmek.

Sınıf, "Bir insanın olabileceği en iyi ve en yüksek nedir?" sorusuyla açıldı. Yavaş yavaş, psikolojiden felsefeye, sonra mistiklere ve nihayetinde kişisel deneyime geçtik.

Aynı sıralarda, International Foundation ile çalışmaya başladım.
Menlo Park'ta İleri Çalışma. Kendini psikedelik araştırmalara adamak için bu alanı terk eden bir elektronik yöneticisi olan Myron Stolaroff tarafından finanse edilen bu vakıf, psychedelics ile çalışmak üzere kurulmuştu. Harman, diğer birkaç kişi gibi dahil oldu. Ekiplerinde psikolog olmadığı için role adım atmayı teklif ettim. bu biraz oldu

Machine Translated by Google

O zamanlar lisansüstü çalışmamın ilk yılında yaklaşık iki ay olduğum ve lisans olarak psikoloji okumadığım için gülünç, ama ben istekliydim. Vakfın LSD terapi seanslarının sonuçlarını anlatan "The Psychedelic Experience" adlı bir makale üzerinde çalışmaya başladık.

Birkaç hafta sınıfta ve vakıfta birlikte çalıştıktan sonra Harman,
Onlarla bir seans yapmak istiyorum. Dick Alpert/Tim Leary/insan yakınlığı/düşük doz psilosibin deneyimlerimle dolup, "Bu harika olurdu!" dedim. 19 Ekim 1961'de vakıfta göründüm: iki oturma odası benzeri süit ve içinde dev bir meşe olan bir otoparka bakan bir güzellik salonunun üzerinde bazı küçük ofisler. Bana biraz LSD alma fırsatı teklif edildi. Bakıcılardan biri Harman, diğeri ise güzel bir kadın mühendislik profesörüydü.

Araştırmanın tıbbi danışmanı Dr. Charles Savage, doktorunun
malzemeyi bana verdi ve sonra psikanalitik pratiğine devam etmek için koridordan aşağı indi. Malzemeyi aldım, etrafa baktım ve bakıcılarıma sordum, "Eh, siz bir şey almıyor musunuz?" çünkü önceki seanslarımda Alpert ve Leary'nin modeli buydu.
(Sanırım Harman beni serinletmek için biraz amfetamin aldı.) Siper taktım, uzandım.
bir kanepeye uzandılar ve müzik dinlediler, bu formatta geliştirdikleri
A1 Hubbard'ın çalışması, şimdi dünya çapında devam eden neredeyse tüm çalışmalar için standart.
Sonraki birkaç saat içinde, o odada, beni şaşırtan bir şekilde, küçük aklım uçup gitti. Seansım klasik bir psychedelic yüksek doz entheojenik yolculuktu. Ruhsal şeylere olan ilgisizliğimin, on yaşındaki bir çocuğun sekse karşı ilgisizliği kadar geçerli olduğunu keşfettim, evrenin neyden yapıldığına dair tam bir farkındalık eksikliğinden kaynaklanıyordu.

Tamamen yalnızlık dolu bir yere gittim - bu vadiyi kendi başınıza yürümek zorunda olduğunuz, evrenden ayrı olmanın derin farkındalığına ve gerçekten tutunabileceğiniz hiçbir şey olmadığının farkına vardım. . Neyse ki bu hal, yanında tek bir şeyin olduğu ve onun bir parçası olduğum yerden kıl payı uzakta. Bu noktada, göklerde şenlik şarkıları olarak tanımlanabilecek bir şey vardı: "Başka bir pislik uyanıyor!" Jim Fadiman'ın kim olduğumu anlamanın sevinci değil,

Machine Translated by Google

ama kimin parçasıydım . Ne büyük bir rahatlama! Her şeyin bir parçası olmadığımı - ama her şeyin her şeyin bir parçası olduğunu ve açıkça bunun bir parçası olduğumu hissettiğim bir alana girdim .
Birdenbire ölümün olmadığı ve evrenin temel dalga biçiminin en iyi insan terimleriyle aşk olarak tanımlandığı açıktı. Bütün bunlar inanılmaz derecede açıktı. Ve tuhaf bir nedenle, ben Jim Fadiman'a, gerçek hayatıma bu uyanış veriliyordu.
öz.

Oradan hayatımdaki çeşitli yapılara baktım. Hepsi en iyi ihtimalle eğlenceliydi. Bir savaşta hizmet etmekten kaçınmak için yüksek lisans öğrencisi olmanın, bu enkarnasyonda bir şeyler yapmak zorunda olduğu için, yapılacak mükemmel bir şey gibi görünmesi beni etkiledi. Ben, Jim Fadiman, bir kişilik olarak daha önce yaşayıp yaşamadığım benim için belirsizdi. Ama aynı zamanda çok da önemli değildi, çünkü 19 Ekim'de o odada bulunan Jim Fadiman çok önemli değildi, sadece "ben"in kendimi içinde bulduğum konteyner görevi görüyordu.

O akşam, Harman'la eve gitmeden önce, Stanford'un yukarısındaki bir dağ sırtı olan Skyline'ın tepesine çıktık. Dışarı baktım ve Yaratılış ile inanılmaz bir özdeşleşme duygusu2 yaşadım. "Bütün bunlarda gerçekten harika bir iş çıkardım" gibi şeyler söyleyerek etrafta dolaştım. Buradaki T' açıkça ben değildim, Jim Fadiman değildi, ama "Ben" Yaratılış'tan memnundu ve bir parçamın diğer parçalarımı gözlemlemesinden memnundu. Şimdi, Rab'be övgü ilahileri söylemek, Eski Ahit'te bir kavramdır ve Rab'bin bu konuyla neden ilgilendiğini merak edebilirsiniz, çünkü şarkıları ve bu konuyla ilgili diğer her şeyi O yazdı. Ama övme modundayken, kendini tebrik etmek güzel hissettiriyor.

işler iyi yapılmış.

Harman, Stolaroff, Savage ve diğerleriyle bir ekibin parçası olarak devam ettim, ancak şimdi işe öncekinden çok farklı bir düzeyden bakıyordum, çünkü şimdi, sonunda, Dünya'da ne yaptığımızı anladım. Psikedelikleri tamamen destekleyici, tıbbi olmayan bir ortamda ve yeterince yüksek dozda kullanırsanız, enteojenik deneyimi kolaylaştırıp kolaylaştıramayacağınızı keşfetmeye çalışıyorduk. Ve eğer öyleyse, bu faydalı olur mu?

Machine Translated by Google

Ayrıca Hubbard'la birlikte, genellikle Ölüm Vadisi'nde çağrıldığı gibi "ileri eğitim" de vardı. Bu, birinin hayal edebileceği en yoğun dış mekan seti ve ortamıydı ve başka hiçbir durumda kolayca elde edilemeyen açıklıklara izin verdi.

Tipik bir seans, Lone Pine'dan içeri girmeyi ve bir noktada durmayı içerir.
psychedelic almak için. Daha sonra birkaç yere gider ve orada, genellikle "gözler açık" olarak, görünür olanla veya oradaki görünmez düzlemlerde görünenle ilgilenerek zaman geçirirdik. Manzaranın sertliği, muazzam güzelliği ve muazzam çoraklığı nedeniyle kendi yaşamınızla çok daha doğrudan karşı karşıyaydınız. İleri eğitim oldu

kişisel inanç sistemlerinize yakalanmadığınızdan emin olmanın önemli bir yolu.

Zamanın bir bölümünde hükümet onaylı araştırma yaparken, 14. bölümde de belirtildiği gibi romancı Ken Kesey'in dünyası ile ilgiliydim çünkü karım Dorothy, Kesey ile ilişki içindeydi. Bu beni tamamen yasal psychedelic araştırmalara tamamen dahil olan ve aynı zamanda primo ile takılan birkaç kişiden biri yaptı.

psychedelic haydutlar grubu, kısıtlama olmaksızın çalışan kaşifler.

Stanford'da psychedelics ile ne kadar süre çalışabildiniz ve nasıl sonuçlandı?

Adlarını mj 2 3 tezi olan "Behavior Change Follow (LSD) Psychedelic Therapy" adlı tezde yer almaya istekli bir komite bulmam iki yılımı aldı .

Stanford beni kovmasın diye.

O zamana kadar federal hükümet, şu soru üzerine bir çalışma yapmamıza izin vermişti.
psychedelics'in teknik nitelikteki problem çözmeyi kolaylaştırıp kolaylaştırmayacağına bakarak yaratıcılık. Los Angeles'taki Dr. Oscar Janiger ve diğerleri sanatçılarla çalışmıştı - ama biz farklı bir görev üstlendik. Bu malzemeleri kullanabilir ve insanları son derece teknik problemler üzerinde çalıştırabilir miyiz? Bildiğimiz bir zorluk, dozu arttırırsak

yeteri kadar, gönüllülerimizin hepsi, işle ilgili sorunlara odaklanmaktan çok, Tanrı'yı görmek ve kişisel kimliklerini, zamanlarını ve mekanlarını bırakmakla çok daha fazla ilgileneceklerdir.

1965 yılında, birkaç şirketten kıdemli araştırmacı bilim adamları ile bu gerçekten muhteşem çalışmayı yürütmeye başladık. Onlara en acil durumlarında yardımcı olacağımızı söyledik.

Machine Translated by Google

teknolojik problemler, özellikle de gerçekten sıkışıp kalmışlarsa. Çalışmaya kabul edilme kriterimiz, en az üç aydır üzerinde çalıştıkları en az üç problemi yanlarında getirmeleriydi. Bu çalışmadan bir dizi patent ortaya çıktı.

Ama her güzel şeyin bir sonu var. Bir sabah yedinci grubumuzu yönetiyorduk.
Deneyin ilk, rahatlatıcı bölümünde dört kişi vardı, aslında, "Merhaba, bu sizin federal hükümetiniz. gençlik kültüründe kötü şeyler oluyor anladığımız kadarıyla canımızı sıkan sorunla ilgili bir şey yapamıyoruz ama birini bir yerde durdurabiliriz ki bu bizi daha iyi hissettirecek. Bu sabah Amerika Birleşik Devletleri'ndeki tüm araştırmaları durdurmak için.

Sizinki de dahil." İfadeler, elbette farklı söylüyordu, ancak mesaj açıktı: işiniz bitti.

Bu, araştırmamızı etkili bir şekilde sonlandırdı.

Bununla birlikte, bu sonuçları yayınladık ve bu çalışmalara katılan oldukça seçkin, çok mutlu bilim adamları var. Biri Hewlett-Packard'ın başkan yardımcısı oldu; bir diğeri bilgisayar dünyasının aldığı her büyük bilimsel ödülü kazandı

teklifler. İroni, çalışmalarımızın psychedelics'i getirmenin tamamen kabul edilebilir bir yolu olmasıydı.
kültürün içine. Yine de bizden sadece araştırmayı durdurmamız değil, aynı zamanda öğrendiğimiz her şeyi reddetmemiz ve toplumu bu işten habersiz tutmamız istendi. Bunu kültürdeki milyonlarca insan etrafta koşuştururken yapmamız istendi.

bilgi, yardım veya destek olmadan deney yapmak.

Kendiniz de bu kadar derin deneyimler yaşadığınıza göre, sonra ne yaptınız?

O an gerçekten geri adım attım. Bu anın saçmalığının, kişisel olarak etkilendiğimden daha fazla farkındaydım çünkü olayların beni kişisel olarak pek etkilemediği bir yerdeydim; Onlar sadece oldu ve ben ne yapmam gerekiyorsa onu yaptım. Bu yüzden geri adım attım ve "Peki, başka ne var?" diye düşündüm. O zamanlar, psychedelics kullanan milyonlarca insan yüzünden, muazzam başka ruhsal yollar açılmaya başlıyordu. Çoğu

Machine Translated by Google

Meditasyon, oruç, vizyon arayışları, şamanistik ritüeller ve öncelikle Yerli Amerikalılar tarafından geliştirilen ve kullanılan Peyote Yolu dahil olmak üzere mevcut geleneklerden ve çeşitli uygulamalardan geldi. Kendimle ve diğer insanlarla çalışmanın en temiz, en iyi, en kolay yolu gibi görünen şeyi artık kullanamadığım için, orada başka ne olduğuna baktım.

San Francisco Eyalet Üniversitesi'nde neredeyse danışman olarak bir pozisyon teklif ediliyordu.
çünkü psychedelics ile deneyimi olan ve ilgili konularda öğrencilerle çalışabilecek biri için çaresizdiler. Bununla birlikte, bunu düşündüklerinde, beni ya da benim gibi birini işe alırlarsa, olup bitenlerde bir doğruluk ya da meşruiyet olduğu anlamına geleceğini anladılar. Bu yüzden, neler olup bittiğini gerçekten bilen birine sahip olmak yerine , tekliflerini geri çektiler ve beni işe almamaya karar verdiler.

Bu, tezimden beri kariyerimin sallantılı bir zeminde olduğunu anlamamı sağladı.
"Onlar" kim olursa olsun, beni "onlardan" biri olarak teşhir etti. Stanford'dan geçtim. Fakat
Bitirdiğimde, Stanford'un en büyük korkusu, psychedelic araştırmayı destekleyerek, kendilerine "Harvard'ın Harvard'ı" demeyi sevdikleri şey olmalarıydı.
West," çünkü Leary ve Alpert o sırada Harvard'dan kovulmuştu.
araştırma benimkinden daha az tartışmalı.

Üzerinde çalıştığım şeylerden biri Transpersonal Psikoloji Dergisi oldu. Ben de Transpersonal Psikoloji Derneği'nin kurulmasında çalıştım. Bu, farklı dini ve entelektüel geleneklerin doktrin hakkında değil, deneyim hakkında konuşabileceği bir forum olacaktı . Daha önce ne dini ne de psikolojik olarak mümkün olmayan bir şekilde birbirleriyle işbirliği yapmalarına izin verdi.

çevreler.

Aynı çekirdek grup tarafından yürütülen var olan bir model, Journal of Humanistic Psychology ve derneğiydi. Benzer bir şey oluşturmaya başladık. Journal of Humanistic Psychology'nin yayın kurulu üyelerine yazdık ve "Yolumuza devam ediyoruz. Hümanist yönelimimizle deneyimlediğimiz insanlık durumundan daha fazlası var. Nereye gittiğimizi tam olarak bilmiyoruz" dedik. , ama işte bakacağımız şeylerden bazıları... . Bize katılmak ister misiniz?"

Machine Translated by Google

Editörler ortadan ikiye bölündü. Yarısı, "Nereye gittiğine dair belirsiz bir fikrim var" dedi.
Sen gidiyorsun, ben de seninle geleceğim" ve diğer yarısı, "Kesinlikle hayır" dedi. çeşitli nedenlerle, çalışmanın manevi sonuçlarının ciddi bir düşmanı haline gelen ve ona karşı aktif olarak çalışan.

Birçok bakımdan hümanist hareket, zamanı için çok ilericiydi. Neden psychedelic sorunu ve transpersonal hareketin inanç sistemine bu kadar zıt olduğunu düşünüyorsunuz?

Her iki tarafta da bulundum, tahminimce, sadece bu dünyanın olduğu bir dünya görüşü ile yetiştirildiyseniz, entelektüel olarak taşralı olarak yetiştirildiniz. Dinle ilgili yaşadığınız tek deneyim, aynı zamanda hiçbir gerçek ruhsal deneyim yaşamamış insanlarla oldu. Belki de sahip olduğunuz şey, size din metaforlarıyla konuşan iyi insanlardan oluşan bir topluluk veren resmi dindir, çünkü sahip oldukları en iyi dil budur. Bununla birlikte, tüm bunlar, oldukça yoksul bir maneviyat vizyonudur.

Daha sonra başkalarına, o sırada benim gibi insanlara yansıtıyorsunuz. Tanrı'nın ilahi bir temsilcisi olmaktan bahsediyorsam, o zaman açıkçası örneğin paranoyak bir şizofrenim çünkü paranoyak şizofrenler aynı zamanda Tanrı'nın ilahi aracıları veya melekleri olmaktan da bahsederler.
Bulduğunuz şey, tüm dünya görüşlerinin küçük olduğuna dair derin bir korkuyla uğraşan bir grup insan. Ve dünya görüşünüz küçük olduğunda ve 6 dolarlık bir pozisyondaysanız , ona saldıran insanların yanlış olduğunu söylemek ne gerçekçi ne de zor görünüyor.

Psikoloji, anlaşmazlığı dengesizlik, sakatlık veya patolojiye dönüştürmek için harika bir ustalığa sahiptir. Bilim dünyasında "korku" genellikle "şüphecilik" olarak adlandırılır.
Bunu şu şekilde düşünün: Birazcık biyoloji bilseydiniz, ördek gagalı bir ornitorenk olması pek olası görünmüyordu. Hiç zürafa veya fil görmediyseniz, onların var olmadığına inanmak kolaydır. Yani, biri size gelip, "Ben

Machine Translated by Google

Bizi zürafaların bulunduğu ormana götürecek olan arkadaşım fil ile tanışmanız gibi," demeniz şaşırtıcı değil, "Gitmenizi tercih ederim ve kesinlikle sizi işe almak istemiyorum. Ve kesinlikle makalelerinizi yayınlamak istemiyorum."

Bunun, kültürün genel olarak psychedelics'e neden bu kadar düşman hale geldiğini ve ilk coşkudan sonra neden Stanford'daki programınızı kapatmayı da içeren bir baskı dalgası olduğunu da yansıttığını söyleyebilir misiniz?

Psychedelics, büyüklük olarak büyüyen bir dalga formuydu ve Vietnam bir taş duvardı.
Psikedelikler Vietnam ile karşılaştığında ve ülke ikiye ayrıldığında, eski muhafız
Vietnam'ı yarattı ve korudu ve savaşa girdiler vb.
doğru tehdit etti. Neden? Niye? Çünkü saykodelik insanlar, "Kurumlarınızın hiçbiriyle gerçekten ilgilenmiyoruz. Onları yıkmak için ne gerekiyorsa yapmaya hazırız. Üniversitenizi ortadan kaldırmaya hazırız, ders eklemeye değil.

Ordunuzu ortadan kaldırmaya hazırız, eğitimi geliştirmeye değil. Kiliselerinizi boşaltmaya hazırız çünkü gerçek dini deneyim duvarların içinde yaşanmaz."

Yaşlı muhafız dedi ki, "Sizin neyin peşindesiniz bilmiyorum ama kendimi o kadar derinden tehdit edilmiş hissediyorum ki, elimden geldiğince sizi durduracağım." Sonuç olarak, saykodelik dalgayı geri püskürten büyük kurumların inanılmaz bir birliğine sahip oldunuz. "Silahları kontrol ediyoruz, üniversiteleri kontrol ediyoruz, tıbbı kontrol ediyoruz. Ve Allah'a yemin olsun ki, bizim hayatımızı yaşamamıza izin vermekle yetinmeyen, ancak en savunmasız yanıyla kararlı olan bu insanlarla savaş halindeyiz. Bizden, çocuklarımızdan, sevgimizi alıp götürmek mi? 2 7 ve kurumlarımıza ve kendimize olan saygı ve desteğimizi." Bu açıdan, başka ne yapmış olabileceklerini bilmek zor.

Son birkaç yılda, psychedelics'e olan ilginin yeniden canlandığı görülüyor. Neler oluyor?

Kültür bunu nazikçe kabul etmeye başlıyor - federal hükümet araştırmayı çoktan durdurmuş olsa da, dergiler makaleleri kabul etmeyi ve araştırma için fon sağlamayı bıraktı.

Machine Translated by Google

araştırmalar kurudu - gençler hala psychedelics alıyor. Ve çoğu iyi eğitimli olan bu gençler birbirlerine itiraf etmeye başlıyorlar.

onlarca yıllık yanlış bilgi, bu yanlış bilginin yaratıcıları kadar işe yaramadı

istemek. Bu, bazılarının "Dürüst olmak gerekirse, beslediğim yanlış bilgi tabaklarına karşı kendi deneyimlerime ve kendi deneyimlerime baktım"

dediği başka bir nesil.

deneyim daha geçerli görünüyor."

Şimdi psychedelics yine dolaptan çıkıyor. Gelecekte hangi bağlamlarda toplum tarafından daha fazla kabul görebilirler?

Psikedelik materyalin kullanımına iki bağlamda bakmanız gerekiyor. Biri entojenik, diğeri psikoterapötiktir. Enteojenik bağlam, dinin özel bir eylem olduğunu ve hükümetin özel, iç olayları bastırmasının temelde insanlığa aykırı olduğunu söyler. Bu enteojenik yol, benim kendimi adadığım yol. Şimdi anlıyorum ki, hükümet yaratıcılık araştırmasını durdurarak araştırmamı durdurmadı. Gerçekte yaptığı şey bana, "Dinini yaşamayabilirsin, yoksa seni fiziksel olarak hapse atarız" demekti.

Diğer bağlam, insanların daha az nevroz, daha az psikoz, daha az saplantı, daha az sapıklık vb. yaşayarak daha iyi yaşamalarına yardımcı olmak için psikedeliklerin kullanılmasıdır. Bu, tarihsel olarak terapötik müdahaleleri yöneten insanların elinde olması gereken çok farklı bir alandır.

Şahsen, daha radikal oldum. Amerika Birleşik Devletleri'nde 1830 civarında, yasalar

herkesin dilediği herhangi bir şifa veya tıbbı uygulayabilmesi. İnsanları incitirsen dava edilebilirsin ama insanları incitmeseydin dava açılmazdın.

İnsanlara yardım etmekte özgür olmak istiyorum.

Gençlere psychedelics hakkında ne söylersiniz?

Machine Translated by Google

Temel olarak onlara set, ortam, madde, bakıcı, seans, 8 dolarlık bir durum üzerine dersimi verirdim, bu da şu şekilde özetlenir: Eğer psychedelics kullanacaksanız, bunu sevdiğiniz biriyle yapın ve umarım daha önce yaşamış olan biriyle yapın. orada önünüzde ve dünyanın düşündüğünüzden daha iyi olduğunu öğrenebileceğinizi unutmayın. Bunun ötesinde, genel olarak söylediğim şey, psychedelics ile çalışmadan önce gerçeğin ne olduğunu bilseydiniz çok daha iyi olurdu. Bugün psychedelics kullanmaya başlayan birçok insan biraz fazla genç olabilir. Kendi araştırmamdan öğrendiğim şey, psychedelics'in yaşam deneyiminizi alıp kompostlaştırdığı, böylece yeni bir şey gelişebilir. Eğer kompost yapacak çok şeyiniz yoksa, bundan pek bir şey elde edemeyebilirsiniz. Ben her zaman psychedelics'e öğrenme araçları olarak baktım. Psikedelik bir deneyimin ortasında bile, "Bununla ne yapacağımı merak ediyorum?" diye düşünmeye başlardım. Bir anlamda, sindirim ve asimilasyon aşamasına geçebilmek için bitmesini istedim çünkü saykodelik deneyimin kendisi benim asıl ilgi alanım değildi.

Psikedelikler olmasaydı nasıl olurdun sence?

Psikedelikler olmasaydı, daha nevrotik ve daha sıkıcı olurdum. Harvard mezunu olarak kim olduğum hakkında iyi bir fikrim var: aptal, akıllı, zeki, alaycı, çocuksu ve kibirli. Evet! Yani, kim olduğum beni eğlendiriyor ama kesinlikle onu akşam yemeğine davet etmezdim. Dünyam çok küçüktü, geniş bir kelime dağarcığına, orta derecede yüksek bir IQ'ya ve o kadar küçük bir ruha sahip olmak üzerine kuruluydu ki, onu çay kaşığıyla ölçseydiniz, muhtemelen benim tadımı alamazdınız. Psikedelikler, insan olmak için yararlandığım temel kaynaktır.

Vitesleri biraz değiştirmek, sence kim psychedelics almalı? Politika tasarlamak sizin elinizde olsaydı?

Çalıştığım her geleneksel kültürde model olan rehberli bir ilişki bağlamına entheojen kullanımını geri döndürmemiz gerektiğine kuvvetle inanıyorum. Bu fikir

Machine Translated by Google

elli, yirmi ya da on iki, hiçbir kültürde hiçbir zaman iyi çalışmamış insanlar, kendi yaşlarından daha fazlasını bilmeyen, kendi yaşlarındaki başkalarıyla seyahat etmeli ve seyahat etmeli ve kesinlikle bizim kültürümüzde iyi çalışmıyor. Bu yüzden, manevi deneyim çarı olsaydım ve Amerika Birleşik Devletleri'nde insanların din özgürlüğüne sahip olmalarına izin verileceğini kararlaştırsaydım, enteojenik türden bir din özgürlüğünün 9 sterlin olacağını söyleyerek başlardım.

kişinin özel bir uçakla uçma özgürlüğüne sahip olmasına benzer şekilde yapılır. Yalnız yukarı çıkarak başlamazsın. Önce senden daha çok bilen biriyle çıkıyorsun. Eğitimli pilot görevdedir ve kendiniz uçmaya hazır olduğunuzda size haber verir.

Uzun bir bakış açısından, iyimser misiniz?

Tarihe entojenik gözlerle bakarsanız, gerçek her zaman mevcut olduğundan, bazı insanların onu her nesilde bir şekilde keşfedeceğini fark edersiniz. Bu son birkaç nesilde, birçok insan onu keşfetme şansı buldu ve

yaptı.

Değerine değer her manevi gelenek, kökeninde gerçek realitede çığır açmış birisine sahiptir. Bedenlerinde tekrar var olduklarında, "Bunu kimseyle nasıl paylaşacağım?" diye merak ettiler. Her nasılsa, bunu yapmanın bir yolunu buldular ve sonunda etraflarında takılan bir sürü insan oldu, bazıları şöyle dedi, "Bu boktan işi ben yapacağım. Toplantıyı ayarlayacağım, ben getireceğim." yemek, işleri ben hallederim."

İdareciler yavaş yavaş - her zaman yaptıkları gibi - durumun kontrolünü ele geçirdiler. Orijinal kurucu vefat etti ve işleyiciler kendileri için kolaylaştırmaya başladı. Daha kolay
her Pazar ise yiyecekleri getirmek; herkesin oturacak belirli bir yeri varsa daha kolaydır; eğer insanlar işleyicilere ödeme yaparsa daha kolay; ve benzeri. Dolayısıyla bürokratlar her zaman kurucunun manevi yemeğini yiyip bitirirler. Sürekli bir ruhsal gıda infüzyonu olmadan, "organize" bir din dediğimiz şeye ulaşırsınız. Manevi dürtü-

bütün benliğinizin bir parçası olma ihtiyacı - cinsellikten daha fazla bastırılamaz.

Machine Translated by Google

dürtü. Ama bunun ifadesi her zaman, kaçınılmaz olarak - ve bunu herhangi bir kötü niyet olmadan söylüyorum - kemikleşiyor. Esneklik, daha fazla esnekliğe yol açar.

Gelecek saykodelik neslin bize, "Tanrı etrafınızdayken şu ya da bu dergiyle, bu ilişkiyle ve sözde araştırmanızla ne kadar yorgun, yaşlı osuruklarsınız!" demesini bekliyordum. Ve onlara demek istiyorum ki, "Beni sarayın dışına taşıyın. Siz kazandınız! Duvarları yıkın. Temellere dönün. Yani, beni vurmazsanız sevinirim . Ama lütfen işimi alın. !"

Bu olmaya başladı ve ben bunu seviyorum.

Machine Translated by Google

18

PSİKEDELLİKLER İÇİN POZİTİF OLANAKLAR

Geçici Kutlama Zamanı

> Zihin tezahürü olarak adlandırdığımız ışık, görme ve iletişim devrelerini açan vahiy dönüşümünün kimyasalları, Amerikan Kızılderilileri tarafından ilaçlar olarak biliniyordu: insanlara bilmek ve iyileştirmek, görmek ve söylemek için verilen araçlar. doğrusu.
>
> HENRY MUNN, HALUSİNOJENLER VE ŞAMANİZM

Psikedeliklerle uğraşan bizler için bu, beklenmedik değişikliklerin, geçici bir kutlamanın zamanıdır. Onlarca yıl süren kıştan sonra buzlar inceliyor. Yasallaştırmaya yönelik ısınma eğilimleri; artan dini, tıbbi ve psikoterapötik kullanım; ilmi
keşif; ve kültürel kabul teşvik edicidir.

Bunca yıldan sonra neden şimdi? Belki de araştırmayı bastıran, kişisel kullanımı ve hapse atılan kullanıcıları suç haline getiren nesil iktidardan geçtiği için. Bu gelecek nesil, yasal kısıtlamaların etkisizliğini daha iyi kabul edebilir ve onu yumuşatabilir. Mevcut yasalara hiç oy vermeyenlerin, aceleyle ve cehaletle kabul edilen bazılarının işe yaramaz ve verimsiz olduğunu kabul etmeleri çok daha kolaydır.

Araştırma topluluğunun gündemi, terapötik bir restorasyonun restorasyonuna odaklanırken

1 en çarpıcı değişiklik özel kişisel kullanımın yasal statüsünde olmuştur . Uluslar topluluğu, altmışların aşırılıklarının, Amerikan hükümetinin fobik tepkisinin ve Amerika Birleşik Devletleri'nin diğer uluslar üzerindeki liderliğini takip etme baskısının neden olduğu korkuyu sallıyor gibi görünüyor. içinden geçen kır çiçekleri gibi

betondaki çatlaklar, diğer ülkeler kendi politikalarını belirlemeye başlıyor.

Machine Translated by Google

Örneğin Brezilya Kültür Bakanı Gilberto Gil,
Brezilya'nın kültürünü ulusal miras programı aracılığıyla tanıma çabaları ve ayahuasca kiliselerini "Brezilya demokrasisinin saygı duyması gereken dini çeşitliliğin" bir parçası olarak nitelendirdi. Ayahuasca'nın kutsal kullanımının bu karakterizasyonu

"dini", Brezilya'nın uluslararası anlaşma yükümlülüklerinden ustaca kaçınmasına izin verdi.
ilaç kullanımı.
Hollanda uzun zamandır bazı psychedelics'in 1$'lık oldukça kolay erişilebilir olmasına izin verdi.
h resmi yasallaştırmanın gerisinde kaldı. Portekiz 2001 yılında tüm uyuşturucuları suç olmaktan çıkardı ve ihtiyacı olan herhangi bir uyuşturucu kullanıcısı için tedavinin mevcut olacağını açıkça belirtti. Karşı çıkanlar bunun korkunç sonuçları olacağından endişe ediyorlardı, ancak sonuçlar tamamen faydalı oldu: daha az bağımlılık, daha az sosyal bozulma, daha az genel suç, daha az gerçek.

kullanım, daha fazla arıtma tesisi ve kolluk kuvvetlerinde büyük tasarruf. Meksika, 2009'da daha önce yasa dışı olan tüm uyuşturucuların küçük miktarlarını yasallaştırdı. Bu, kısmen, suçlu uyuşturucu kartellerini ortadan kaldırmaya çalışmak için kaynakları serbest bırakmak için yapıldı. Kokain, eroin ve türevleri dahil olmak üzere yasadışı bağımlılık yapan uyuşturucular, esas olarak ABD pazarı için üretildiğinden, odak noktası sınır ötesi faaliyetlerdir. Çek Cumhuriyeti yasalarını, birçok saykodelik bitkinin yasal olarak sahiplenilebileceği veya yetiştirilebileceği noktasına kadar gevşetti. Cezalarını da gevşetti

f veya MDMA gibi küçük miktarlarda üretilmiş maddelere sahip olmak

Bu reformların temeli, aşağıdaki gerçeklerin tanınmasıdır:

1. Psikedelikler bağımlılık yapmaz. Hiç olmadılar.
2. Amerikalılar hala sigara içiyor 3)—kimseyi öldürmez.
3. Yasadışı uyuşturucular suç ve şiddet mıknatıslarıdır. Amerika Birleşik Devletleri 1920'lerde alkolü yasakladığında bu doğruydu; diğer istenen ve yasaklanmış maddeler için de aynı derecede geçerlidir. İçki yasağının getirdiği büyük artışı ve suçları unutuyoruz. Yazar Simon Louvish şöyle yazdı: "Times Meydanı - 34. ve 52. caddeler arasında - Yasaklamadan önce sadece

Machine Translated by Google

3 00 salon. 1925'te tüm ülkede, 'Yasaklama öncesi kafelerin sayısı 177.000' olan üç milyon 4'lük içki dükkanı olduğu tahmin ediliyordu. Başka bir deyişle, ılımlı içicilerden oluşan bir ulus, saplantılı alkolikler ulusuna dönüştürüldü ve ulusun geleceğini etkileyecek muazzam bir karaborsa oluşturmak için suçlulara para ödüyordu.

yıllardır ekonomi." 4

İyi huylu veya en azından bağımlılık yapmayan uyuşturucular için cezai yaptırımlar kaldırılırsa, kişisel kullanım aslında azalır - en azından elimizde veri bulunan iki ülke olan Hollanda ve Portekiz'de. Belirttiğimiz diğer eşdeğer istatistikler, 2 tıbbi marihuana yasasına sahip eyaletlerin, daha önce olduğu gibi, içilen toplam esrarda bir artış görmediğini gösteriyor.

Bu yasaların yürürlüğe girmesini engellemeye çalışanlar tarafından yapılan tahminler.

İkinci bir grup ülke yasalarını değiştirmedi, ancak mahkemeleri, anayasalarının özel bilinç değiştiren faaliyetler hakkını onayladığına karar verdi.
Brezilya ve Arjantin'in en yüksek mahkemeleri, devletin insanları herhangi bir maddenin kişisel kullanım hakkını, bu tür bir kullanım toplumsal olarak kabul edilemez veya suç teşkil eden davranışlara yol açmadığı sürece reddedemeyeceği sonucuna varmıştır.

Hâlâ ne yöne gideceğinden emin olmayan üçüncü grup ülkeler arasında Amerika Birleşik Devletleri yer alıyor. Amerika Birleşik Devletleri'nde, marihuana, psychedelics ve bağımlılık yapıcı uyuşturucuları bir araya getiren politikalar, hapishane nüfusunun hızla artmasına, son derece kârlı uluslararası suç faaliyetlerinin çoğalmasına, Amerikan tüketimi için yasadışı uyuşturucu üreten ülkelerde ulusal ekonominin bozulmasına ve büyüyen bir hapishane nüfusuna yol açtı. ABD hükümetinin durumla başa çıkmadaki başarısızlığını küçümsüyor. Bu politikalar ayrıca yılda milyarlarca dolara mal oluyor. Washington'un değişme konusundaki isteksizliğine rağmen, eyalet ardı ardına

ayrıcalığını, insanların esrarı ilaç olarak kullanmasına izin vermek için kullandı.

Obama yönetimine kadar, federal hükümet bu yasaları yıkmak ve tüm esrar kullanıcılarını suçlu tutmak için elinden geleni yaptı. Yasal tıbbi kullanım için bastırılmış talebin bir göstergesi, idarenin durdurma kararının birkaç hafta içinde olmasıdır.

eyalet yasaları uyarınca onaylanmış tıbbi esrar kullanımının federal olarak engellenmesi, sekiz

Machine Translated by Google

Sadece Los Angeles'ta yüz marijuana dispanseri açıldı, şehirdeki banka ve devlet okullarından sayıca fazlaydı. Esrar kullanımının şiddete veya suç davranışına yol açmadığı giderek daha fazla aşikar hale geldikçe, yasallaştırma eğilimi hızlanıyor. Son üç başkanın hayatlarının bir noktasında marihuana içtiği reformcular ya da kamuoyunda kaybolmadı. Esrar bir psychedelic değildir, ancak geleneksel olarak manevi ve terapötik amaçlar için kullanılan bilinci değiştiren bir maddedir. Durumu değiştikçe, diğer bilinç değiştiren bitki ve maddelerin şeytani olarak kalması daha az olasıdır.

2010 yılında, başta Kaliforniya olmak üzere, Nevada ve Florida olmak üzere birçok eyalette
Esrarı suç olmaktan çıkarmaya veya yasallaştırmaya yönelik girişimlerde oy kullanma hakkına izin verin. California sürüşü başarılı oldu ve "Önerme 19"u oy pusulasına koydu. Kaliforniya'da, birincil argüman, eyaletin en büyüklerinden biri olmasına rağmen, esrar üretiminin

endüstriler, tamamen vergiden muaftır ve yasaklanması pahalı ve başarısızdır. 0 Buradaki fikir, boşa harcanan bir parayı bir gelir kaynağına dönüştürmektir. Kaliforniya oy pusulası önerisi, bir ons'a kadar sahip olmayı yasal kılıyor; yirmi beş metrekareyi geçmeyen bir bahçede bireysel ekime izin verir, küçüklere satış yapılmasını yasaklar ve halka açık yerlerde sigara içilmesini yasaklar. Düzenleme ve vergilendirmenin özellikleri yerel yargı yetkilerine bırakılmıştır.

Önerme yüzde 54'e yüzde 46 mağlup oldu. Tıbbi esrar girişimleri
Oregon ve Güney Dakota da kaybetti. En azından Kaliforniya'daki kayıp, yalnızca katılımın demografisinden kaynaklanıyordu. Ulusal düzeyde geçerli olduğu gibi, 2008'dekinden çok daha az sayıda genç seçmen katıldı. Seçmen ne kadar yaşlıysa, öneriye oy verme olasılığı o kadar düşüktü.

Daha doğrudan psychedelics ve din özgürlüğü ile ilgili olarak, diğer eyaletlerdeki bazı davalar, ayahuasca'yı merkezi ayinleri olarak kullanan dini grupların hapis korkusu olmadan inançlarını uygulayabileceklerini ortaya koymuştur. Bu vakalar, diğer ortamlardaki diğer psikedeliklerle ilgili olarak dini özgürlüğün restorasyonuna yönelik önemli bir adımdır.

Machine Translated by Google

Kenevir ekiminin esrarmış gibi yasaklanması saçmalığı bile
(kök birasını Coors ile aynı sınıfa koymaya benzer) yeni bir görünüm kazanıyor. İnsan tüketimine yönelik olanlar da dahil olmak üzere ithal kenevir ürünleri tekrar mevcuttur. Bir eyalet, Washington, Kanada ve bir düzine başka ülkeyi örnek alarak, kenevirin yetiştirilmesine, hasat edilmesine ve satılmasına izin veriyor. Bir sonu olmasa da var gibi görünüyor

düzenleyici kurumda sağduyu eksikliğine, en azından bazı çatlaklara.

Esrarın yasal ve vergiye tabi olması, uyuşturucuyla mücadele kurumunun bütçelerini ve personel ihtiyaçlarını ve nüfuzunu büyük ölçüde azaltacaktı. Geri itme, karları veya varlıkları sıkı yaptırımlara ve uzun cezalara (ayrıca alkol ve tütün çıkarlarından) bağlı olan kolluk kuvvetleri, özel hapishaneler ve gardiyan gruplarından geldi. Örneğin birçok polis teşkilatı, önemli bir gelir kaynağı olarak uyuşturucu tutuklamalarından elde edilen mal ve paraya el konulmasına bağımlıdır ve gelirlerinin kaybıyla mücadele edecektir. Örneğin, 2008'de Los Angeles'taki yetkililer varlıklara el koydu.

7.709.355 dolar değerinde; San Francisco'da 938,012 dolar; ve Sacramento'da 1.633.282 dolar. 6

Ancak şimdi, liberalleşmenin ilk aşamasında, psikedelikler hakkında kanıta dayalı bilime sahip olmaya başlıyoruz. Kanıta dayalı mevzuatın yakın zamanda yaygınlaşmasını beklemek gereğinden fazla iyimserlik olur, ancak bunu yapmanın faydaları daha geniş bir şekilde ortaya çıktıkça daha fazla ülkenin kısıtlamalarından bazılarını gevşetmesi beklenebilir.

Enteojenik Kullanım

Yasal kısıtlamalar geleneksel araştırmalara son vermesine rağmen, kültür boyunca psychedelics'in sürekli çoğalmasını önlemek için çok az şey yaptı. Pek çok kültürel alandan hangisinin psikedeliklerden en çok etkilendiğini söylemek zor. Örneğin, tanınmış bir Budist öğretmen olan Jack Kornfield şöyle diyor: "Amerikalı Budist öğretmenlerin çoğunluğunun psychedelics ile deneyimlerinin ya eğitimden hemen sonra olduğu doğrudur.

manevi uygulamalarına veya ondan önce başladı." Bu kullanım aslında Budist'e aykırı değildir.

Machine Translated by Google

g

yeminler. Kendi deneyimim, diğer birçok ruhsal disiplindeki öğretmenlerin de önemli psikedelik deneyimlerden sonra ruhsal yolculuklarına başladıklarıdır.

2006'dan beri Johns Hopkins Üniversitesi'nden bir ekip, güvenli ve kutsal bir durumda alınan psychedelics'in özneleri ruhsal deneyimlere götürüp götürmediğini belirlemek için bir dizi çalışma yürütüyor. 9 Hiç şaşırtıcı değil, cevap evet oldu. Araştırmanın kendisinden daha önemli olan, büyük bir engeli aşmasıydı: Hükümet, ilk kez , tıbbi değil, ruhsal sorular soran bir araştırma çalışmasına izin verdi. En çok şey, bulgulara verilen medyanın ilgisinin miktarıydı. Üç yüzden fazla yayın, hakemli bir akademik dergide yayınlandıktan sonra sonuçları not aldı. Şaşırtıcı bir şekilde, Wall Street Journal'da bile olumlu bir hesap ortaya çıktı . Trendlere bakmak için daha öğretici olan, İskoç Spor Haberleri'ndeki kısa bir makaleydi. Başlıkta, "Shrooms Seni Seviyor" yazıyordu. Editörler, abonelerinin psychedelic mantarlar için kullanılan argo terimi bildiğini ve bilimin okuyucularının zaten bildiklerini keşfettiğini söylemek için uzun bir makale gerekmeyeceğini varsaydılar.

Aynı derecede önemli olan, bir dizi web sitesi artık güvenli, aklı başında psychedelic kullanım için temel bilgilere kolay erişim ihtiyacını karşılamaktadır. En önde gelen site Erowid'dir (www.erowid. org), teknik makaleler, etkileşimli moleküler sözlükler, vizyoner sanat, tehlike ve kontrendikasyon açıklamalarının yanı sıra düzinelerce madde hakkında binlerce kişisel rapora sahiptir. Site, kurulduğu günden bu yana her yıl artan bir rakam olan günde ortalama altmış bin ziyaret alıyor. Siteye göz atmak, kırk yıllık yetersiz bilginin işe yaramış olabileceğini açıkça ortaya koyuyor.

akıllıca kullanıma karşı, yaygın bir yeraltı engelsiz gelişiyor. b

Bir başka yeni fenomen, ayahuasca'nın artan popülaritesidir. Digerine ragmen psychedelics genellikle eğlence amaçlı kullanılır, ayahuasca neredeyse her zaman deneyimli rehberler veya şamanlar tarafından yönetilir. Altmışlı yıllarda, Hindistan'ı ziyaret etmek, bir guru ile çalışmak ve bir aşramda kemer sıkma uygulamak için prototip bir geçiş ayini vardı. Günümüzün psiko-kaşifleri, geleneksel şifacılarla çalışmak için Güney Amerika yağmur ormanlarına gidiyor

Machine Translated by Google

ve en iyi bilineni ayahuasca olan geleneksel bitki ilaçları. Hindistan gezileri çoğunlukla kişisel kendini gerçekleştirme ile ilgili olsa da, bugünün Güney Amerika'ya daldırılmasını isteyenlerin niyetleri neredeyse her zaman şifayı (fiziksel ve zihinsel) içerir, ancak arayanlar eşit derecede insanlık ve diğerleri arasındaki yarığı onarmakla ilgilenirler. biyolojik krallıklar

Geniş gözlü altmışlardan kalan iki tartışma devam ediyor. Biri, meditasyon, dua, hareket veya oruç ile elde edilen deneyimlere karşı bitkiler veya kimyasalların neden olduğu deneyimlerin geçerliliği ile ilgilidir. Tartışma ara sıra alevlenir ve alevlenir ama asla çözülmez. Sentetik psychedelics'i küçümseyen, lerle olumlayan devam eden diğer Yeni Dünya, hayvan tanımlama bilgileri ikna etme keşfeden Gordon Wasson'a, Sandoz tarafından üretilen mantarlar ile psilosibin arasındaki fark soruldu. "Ben bir farklılık keşfetmedim. Farkı keşfeden insan bence farklılık arıyor ve bir fark gördüğünü zannediyor.

1 0 Önemli olan maddeyi almanın kişinin hayatındaki etkisidir .
ve refah, şu ya da bu ürünün incelikleri değil.

Tıbbi ve Psikoterapötik Kullanımlar

Tıbbi ve psikoterapötik psikedelik araştırmalar geri döndü! Bir araştırmacı bu dönemi psychedelic araştırmalarda altın çağ olarak adlandırsa da, devenin burnunun küçük bir ucunun çadıra girmesine izin verildiğini söylemek daha gerçekçi olur. Çadırın dışında, büyük bir araştırmacı topluluğu, onlarca yıldır ertelenen çalışmaya başlamak için can atıyor. 2006 ve 2008'de, Albert Hofmann'ın LSD ve diğer psychedelics sentezleme çalışmalarını onurlandıran bilimsel konferanslar otuz yedi ülkeden iki binden fazla insanı bir araya getirdi.

Basel, İsviçre Dünyanın her yerinden iki yüz gazeteci bu sunumları kapsadı. Daha yakın zamanlarda, Nisan 2010'da San Jose, California'da düzenlenen 21. Yüzyılda Psychedelic Science konferansı bin iki yüz katılımcıda satıldı ve

Machine Translated by Google

medyada geniş çapta ve olumlu bir şekilde rapor edildi. Bunlar, uzun süredir yasa dışı olan maddelerle ilgili toplantılar için dikkat çekici katılımlardır.

Bazı güncel araştırmalar, her şey kapanmadan önce yapılan çalışmaların tekrarı olsa da, yeni araştırma alanları, psychedelics'in geleneksel tedaviye uygun olmayan tıbbi durumları hafifletmeye nasıl yardımcı olduğunu ortaya koyuyor. Şunu belirtmekte fayda var ki , çalışmayı durdurmak için hiçbir haykırış olmadı. Araştırmacılar, daha zor sendromları üstlenerek bu tür muhalefetin üstesinden geldiler ve aslında tıp meslektaşları tarafından iyi bir şekilde desteklendiler.

Bir örnek, küme baş ağrıları ile yapılan çalışmalardır. 1 1 LSD'nin bu durum için iyileştirici etkileri, ilk olarak, biriyle iletişimleri olan yasa dışı kullanıcılar tarafından iddia edildi.

bir diğeri halka açıldı, 12 ve şu anda Harvard'da yapılan bir çalışmada değerlendiriliyorlar. Halihazırda oldukça iyi kanıtlanmış olanın, çift-kör farmasötik engeli, hakemli yayına geçip geçemeyeceğini ve daha da önemlisi, sadece araştırma için değil, aynı zamanda normal klinik pratikte kullanım için de kullanılabilir hale gelip gelemeyeceğini göreceğiz.

Bir başka başarılı çalışma, yüksek düzeyde anksiyetesi olan geç evre kanser hastalarıyla psilosibin kullandı. Sonuçlar, güvenli ve destekleyici bir ortamda, kutsalın yaşanması durumunda deneyimlenmesine izin veren tek bir seansın hastaya ve hastaya fayda sağladığını göstermektedir.

13

hastanın ailesi. ^ Büyük bir dergide yayınlanan sonuçların açıklanmasından sonraki iki gün içinde, medyadan dört yüzün üzerinde [illegible] doğruladığını bildirmesiydi. Bugünlerde pek çok gazeteci ve medya editörünün psychedelics'i üniversitedeyken denemiş olması ve dolayısıyla en küçük yeni çalışmanın bile olumlu haberciliğine daha açık olması, basında geniş yer bulan haberlerin kısmen nedeni olduğunu varsaymak mantıksız değildir.

Daha tartışmalı bir tedavi, bir zamanlar Amerika Birleşik Devletleri'nde izin verildi, ancak şimdi zorlandı döngüsünü kırmak için bir Afrika saykodelik bitkisi olan iboga'yı kullanır.

Machine Translated by Google

eroin bağımlılığı. Geleneksel tedavilerin zayıf sicili ve tedavi edildiği kadar tedavi edilmeyen bağımlılığın yüksek maliyeti göz önüne alındığında, bu alan gelecekte daha fazla ilgi ve destek almalıdır. Aslında, bazı iyileşmiş bağımlılar bunu o kadar değerli buldular ki, artık kardeşlerini şehir içi ortamlarda tıbbi olmayan*8 yasadışı olarak tedavi ediyorlar.

destek.

Henüz devam edecek olan, alkol bağımlılığının üstesinden gelmek için psikedelik terapi üzerine araştırmalardır; bu, psikedelik yasaklama döneminden önce en kapsamlı şekilde araştırılmış, test edilmiş ve kanıtlanmış terapidir. O zamandan beri bu konuda hiçbir şey yazılmadı, yeraltı çevrelerinde bile. Şimdilik, akımın büyük bir eksik parçası.

tıbbi araştırma rönesansı. 1 4

Almanya, İsviçre, Ürdün ve İsrail de dahil olmak üzere bir dizi başka ülke, insanların travma sonrası stres bozukluğunun (PTSD) kronik olarak zayıflatıcı etkilerinin üstesinden gelmelerine yardımcı olmak için öncelikle MDMA ile psychedelic projelere izin veriyor, veya destekliyor. Afganistan'da, Irak ve savaşlardan PTSD ile evlerine dönen yüz binlerce gazinin, mevcut terapiden daha yüksek bir iyileşme oranına sahip bir tedavi talebi yoğunlaşıyor. Bu çatışmadan on yıllar sonra Vietnam gazilerinin hala tedavi altında olması, sonunda MDMA temelli terapi programlarının ortaya çıkma olasılığını daha da artırıyor.

gazilere verilecektir.

MDMA temelli terapi uygulanacak PTSD'li gazilere ilişkin ilk araştırma çalışması 2010'da onaylandı. esrar. Bununla birlikte, ABD Gazi İşleri Bakanlığı'nın hastane sistemi yetersiz, yetersiz personel ve aşırı kalabalık olmaya devam ettiği sürece, yakında yeni tedavi protokolleri oluşturması pek mümkün olmayacaktır.

Eğitimli rehberler olsun ya da olmasın, kendini keşfetmek için psychedelics'in yaygın yasadışı kullanımı devam edecek. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir anket, en çok belirtilen nedenin

psychedelics almak, ruhsal veya eğlence amaçlı kullanım değil, kendi kendini keşfetme idi. 1 } _

Machine Translated by Google

tıbbi esrarın kabulü, hastaların ilaçlarını satın alabilecekleri "dispanser"i doğurdu, bu yüzden uzmanlaşmış kliniklerin ve kurumların ortaya çıkmasını bekleyebiliriz.

farklı türde psychedelics ile psikoterapötik tedavide. c

Yaratıcılık ve Problem Çözme

Psychedelic terimi , belirli bir tür müzik ve görsel sanatı tanımlamak için zaten popüler olarak kullanılmaktadır. Bir sanatçının, psychedelics'in 9 dolarlık bir şarkı, resim veya dramatik bir prodüksiyon yaratmasını etkilediğini kabul etmesi hiçbir damga taşımaz. Kullanımları yaygın olarak kabul görmektedir.
teknik dünya da, henüz bu konuda neredeyse hiç tartışma olmamasına rağmen.

"Dot-com" devrimi sırasında, şirketler, kolayca bulunabilen psychedelics ile büyüyecek kadar genç insanlar tarafından kuruldu. Onlar için uyuşturucu kullanımı sıradan ve sıktı. İki Nobel Ödülü sahibi kişinin, psikedeliklerin bilimsel buluşları üzerindeki etkisini kabul etmeleri, bunların çok daha fazla kullanıldığını gösteriyor.

Bilimsel toplulukta bildirilenden daha fazla madde.

Basel ve San Jose'deki bilimsel konferanslara katılan binlerce kişiye paralel olarak, Portekiz'de her yıl düzenlenen Boom Festivali'ne ve Nevada'daki Black Rock Çölü'nde düzenlenen Burning Man Festivali'ne akın eden çok daha büyük gruplar var. Burning Man'e her yıl katılan elli bin kişinin tamamı psychedelics almasa da, katılımcıların büyük çoğunluğu aldı.

YouTube'da bir milyondan fazla kişi, psikedeliklerle ilgili bireysel olgusal ve kavramsal videoları görüntüledi. 2009'da National Geographic Televizyonu, "uyuşturucular" hakkında tam bir akşam programı için reklam alanı satmayı başardı. Akşam metamfetamin hakkında bir saat ile başladı. İkinci bir saat, marihuana ekim, yetiştirme, satış ve kullanım dünyasını gezdi. Son saat, öncelikle biyomedikal ve terapötik çalışmalar olmak üzere çağdaş psychedelic kullanımı üzerineydi, ancak kentsel uyuşturucu ticareti ve psychedelics'in sanatçıların becerilerini geliştirmek ve genişletmek için kullanmasını içeriyordu .

Machine Translated by Google

Reefer Madness gibi saçmalıkların lanse edilmesinden bu yana ne kadar yol kat ettik ?
"bilgilendirici."

Sonuçlar

Genel eğilim, daha fazla açıklığa ve bilgiye daha fazla erişebilirliğe yöneliktir.
Spiritüel ve bilimsel oturumlar için eğitimli rehberler bulmak hala zor, ancak kültürel ve piyasa güçleri bu tür eğitim için oluşturulacak kurumlar için elverişli. Aslında, henüz yasal olmayan yüzden fazla rehber ve onaylanmış araştırma çalışmalarında çalışanlar, resmi olmayan bir şekilde San Jose konferansında bir araya geldi. Bilgileri bir araya getirmeyi kabul ettiler0 ve bir wiki sitesi kurulmasını onayladılar, www.entheoguide.net/wiki, Rehberler Birliği tarafından yönetilir. Bu kitabın ilk iki bölümü ve kontrol listesi (bölüm 19) zaten o web sitesinin bir parçasıdır. Lonca ilkini yapmayı planlıyor olmak

2011 yılında ulusal konferans

Hem bu bölümdeki genel bakış hem de bu kitabın tamamı şu iyimser umudu desteklemektedir:
Bu dikkate değer maddelerin doğru kullanımları, psychedelics'in yasa dışı hale getirildiği durumlarda olduğu gibi, önemsiz bir popülerlik tarafından alt edilmeyecektir. Daha geniş kabulün karşı güçleri, olağan şüphelileri içerir: aptallık, korku, açgözlülük, kişisel çıkar ve atalet. Uyuşturucu yasalarını uygulamak için kullanılan kolluk kuvvetleri-hapishane kurumu zaten aktif hale geliyor. Kaliforniya'da, gardiyan sendikaları, siyasi kampanyalara yoğun bir şekilde bağışta bulunuyor ve kuşkusuz, herhangi bir esrar girişimiyle savaşmak için büyük miktarda para, zaman ve enerji harcayacaklar. Örgütlü dinlerin bazı mensupları da muhalefet arasında yer alacak. Hemen hemen her dini kurumda, mümin ile ilahi arasında aracılık yapanlar vardır. Bu kurumu atlayarak doğrudan temas imkanı sunan psychedelic deneyimler, bir tehdit olarak görülmüştür.

geçmiş ve bugün de öyle olabilir. Girişime karşı çıkmak için diğer para, belki de potansiyel bir rakiple ilgili olan likör ve tütün çıkarlarından geldi.

eğlence amaçlı kullanım.

Machine Translated by Google

Uluslararası bankacılık sisteminden ek muhalefet gelebilir. Bu pek olası görünmüyorsa, bunun nedeni çoğumuzun yasadışı uyuşturucu satışlarının değerinin farkında olmamasıdır. 2008 ve 2009 yıllarındaki dünya finansal çöküşüne ilişkin bir Birleşmiş Milletler araştırması, devam eden birkaç likidite kaynağından birinin 232 milyar dolar olduğu sonucuna varmıştır (gerçek gerçek budur).

sayısı) o dönem boyunca tahmini ilaç kârı. Bu kazançların büyük bir kısmı eroin ve kokain gibi uyuşturuculardan, ancak yasaları çamurlu ve kafa karıştırıcı tutmak hizmet ediyor bu çıkarlar, yalnızca bağımlılık yapan uyuşturuculara odaklanan yasalardan daha iyidir.

Bu eğilimler ne kadar elverişli olursa olsun (ve bu kitapta okuduğunuz başka ne varsa iyi hissetmek veya biri tarafından şaşırmak veya biriyle paylaşmak istemek), en önemli olan şey Kendiniz ve doğal düzendeki yeriniz hakkındaki anlayışınız, gerçek veya öngörülen psychedelic destekli deneyimleriniz nedeniyle nasıl daha net veya daha zengin veya daha değerli hale getirildi. Ortaya çıkan içgörüler hayatınıza entegre edilmezse, önemsizleştirilebilir, göz ardı edilebilir ve hatta "patolojikleştirilebilir". Muhtemelen dünyanın en önde gelen din bilgini olan Huston Smith, sorunun "Bu maddeler dini deneyimi destekliyor mu?" olmadığını söylüyor. ama "Kullanımları dini bir yaşama götürür mü?" Psikedelik araştırmacı ve Budist pratisyen Rick Strassman, "'Ruhsal deneyim' tek başına, tekrar edilse bile, daha iyi bir insan olmanın temeli değildir. Aksine, psikedelik içgörüler, etik ve ahlaki düşünceler kullanılarak sertleştirildi ve uygulamaya kondu, en iyisi gibi görünüyor. psychedelic ilaçların gücünden yararlanmanın bir yolu." 1 9

Çok istenen maddelerin bu yasaklama döngüsü yavaş yavaş azalmaya başlıyor. Alkolle ilgili ilk deneme gibi, ölçülebilen her boyutta başarısızlıkla sonuçlanmıştır. Albert Einstein'ın ilk yasaktan bahseden bu sözleri, ne yazık ki bugün de geçerlidir: "Hükümetin prestiji, kuşkusuz Yasak Yasası tarafından önemli ölçüde azaltılmıştır. Çünkü hiçbir şey hükümete ve ülke yasalarına saygıdan daha yıkıcı olamaz. Bu ülkedeki tehlikeli suç artışının bununla yakından bağlantılı olduğu açık bir sırdır." Pek çok kültürde, psychedelic kaşifler toplumlarına faydalı bir şeyler bulmaya çağrılır.

Machine Translated by Google

örneğin bir bitkinin iyileştirici özelliklerini öğrenmek, şifa veren bir şarkıyı geri getirmek veya insanların kendileriyle ve doğal dünyayla daha büyük bir uyum içinde yaşamalarına yardımcı olmak için bir bilgelik külçesini kurtarmak gibi. Psychedelics'in bu tür deneyimleri daha kolay erişilebilir hale getirmesi bu sorumluluğu azaltmaz.

Şair Mary Oliver'ın sorduğu soru, "Onunla ne yapmayı planlıyorsun?
vahşi ve değerli yaşam?" [20] psychedelics'in sizi ciddiye almaya ittiği bir şey.

Machine Translated by Google

T

GEREKLİ, OLAĞANÜSTÜ,

ve Bazı Sabit Çekirdekli Veriler

Machine Translated by Google

Beşinci Bölüme Giriş

Kurgu yazdığınızda, okuyucuların bir hikayenin başlangıcındaki karakterler hakkında fazla bir şey bilmelerine gerek olmadığını öğrenirsiniz. Yani kurgu yazarları bekler. Arka hikayeleri dolduruyorlar
karakterleri hakkında daha sonra. Kurgu yazarlarının bildiği bir diğer gerçek, tüm kitapların
gizemler; ama "gizem" okuyucuyu bir sonraki sayfayı çevirecek kadar meraklandırmadıkça, kitap çalışmıyor.

Kurmaca olmayan yazarlar için okuyucuların dikkatini çekme ve hikayeleri geri getirme görevleri hemen hemen aynıdır. Bu son bölüm geri hikaye. Kendi kişisel keşfiniz için önemli bilgiler içerir.

Bölüm 19 , yüksek doz entheojenik seans verme veya alma hakkında ilk iki bölümde yer alan bilgilerin bir kontrol listesidir ve dikkate alınması gereken temel unsurları yeniden belirtir. (Özellikle karmaşık tıbbi prosedürlerde, zorunlu kontrol listelerinin kullanımının hataları azalttığına ve başarı oranlarını büyük ölçüde artırdığına dair artan kanıtlar vardır. Bu nedenle, buraya bir kontrol listesi eklenmiştir.)

Bölüm 20 , araç kullanılmadan yapılan kişisel yolculuklardan örnekler içerir.
psychedelics LSD, meskalin ve psilosibin. İlk dört seans, yerli rehberlerle ayahuasca alan iki kişinin raporlarıdır. Bu seanslar, Batılıların bu bitki karışımıyla yaşadıkları deneyimlerin örnekleridir. Son rapor, on dört günlük bir karanlık inzivanın son bölümünde neler olduğunu anlatıyor; klasik bir 4 mistik deneyim gibi okur . Tüm bu raporlar, farkındalığı açabilecek birçok yöntem ve uygulama olduğunu ve farklı yöntemlerin açık olduğunu hatırlatmak için dahil edilen hatırlatmalardır.

farklı kapılar.

21. Bölüm , gerçek davranışları (daha genel olarak Bölüm 8'de açıklanmıştır) araştırmaktadır.
psikedeliklerle yapılan terapötik seanslar sonucunda değişti ve değişmeye devam etti.

Son bölüm, LS D veya meskalin ile tek bir yüksek doz psychedelic yolculuk yapmış olan bireylere ne hissettiklerini soran çok erken bir çalışmanın sonuçlarını sunar.

Machine Translated by Google

deneyimleri kadar önemlidir. Belki de uzun araştırma durgunluğu nedeniyle, bu basit öz-bildirim çalışması bugün hala mevcut olan en iyisidir.

İyi bir romanda, yarım kalmış işlerin toparlanmasını, gizemlerin çözülmesini ve olaylar döngülerini tamamlarken karakterlerin davranışlarının açıklanmasını dört gözle bekleriz. Gerçek dünya hiç de öyle değil. Hiçbir şey bitmez; sadece bir sonraki şeye karışır. Her kurgusal olmayan kitap

şu anda bilinenlerin ve bilinmeyenlerin yalnızca bir anlık görüntüsü. Şu anda çok doğru olduğunu bildiğimiz bazı şeylerin yanlış olduğu ortaya çıkacak ve tüm alanlar yanlış olacak.
yeni bilinmeyen olarak ortaya çıktı.

Bu psychedelic çalışmalar turu farklı değil. Bazıları dayanamayacak ve bazıları kritik öneme sahip olacak. Her birimiz kamuya açık bilgileri ve bilimsel araştırma raporlarını değerlendirmeli ve her şeyden önce her şeyi kendi kişisel deneyimlerimize göre test etmeliyiz.

Machine Translated by Google

19

ENTEOJENİK YOLCULUKLAR

Gezginler ve Rehberler İçin Bir Kontrol Listesi

Bu kontrol listesi, yolcuya yardımcı olmak ve kasıtlı bir entheojenik seansa sahip bir yolcu için mümkün olan en iyi fırsatı yaratmaya rehberlik etmek için tasarlanmıştır. Kontrol listesi, 1. ve 2. bölümlerde tam olarak açıklanan yönergeleri tamamlamayı amaçlar , onun yerine geçmez. Kontrol listesi üzerinde birkaç hafta önceden çalışmak en iyisidir, ancak

seanstan hemen önce ve hatta seans sırasında da faydalı olabilir. www.entheoguide.net'e bakın olası güncellemeler ve genişletmeler için.

Genel Hazırlık

Gezgin ve Rehber

- 1. "İçinizdeki İlahi Olanla Buluşmak" ve 2. "Entheojenik " bölümleri okuyun.
  yolculuk."

- Birbiriniz hakkında iyi hissedin. Birbirinize güvenebileceğinizi hissedin.

yolcu

- Psikedelikler ve entheojenik hakkındaki kişisel önyargılarınızı netleştirin
  genel olarak deneyimler.
- Mistik deneyimler, kozmik deneyimler hakkındaki kişisel anlayışınızı düşünün ve üzerinde düşünün.
  bilinç ve genel olarak Tanrı, Tanrıça veya İlahi.
- Oturum için uygun ve nitelikli bir rehber bulun. • Niyetinizi rehberinize
  söyleyebilecek kadar net bir şekilde belirleyin.

Machine Translated by Google

• İdeal olarak, deneyim için üç tam gün ayırın: hazırlanmak için bir gün,
oturumu ve oturumu entegre etmek için bir günü var.

Kılavuz

• Rehberlik edecek kadar nitelikli ve deneyimli olup olmadığınızı belirleyin. Kendinizi belirsiz hissediyorsanız, kalifiye bir akıl hocası tarafından denetlenip denetlenemeyeceğinizi (seyahatçinin onayıyla) belirleyin. • Yolcunun rehberi olmayı kabul edin.

Yolculuktan Bir Hafta Önce

Gezgin ve Rehber

• İş, aile ve arkadaşlardan gelen tüm taahhütler için seyahat gününüzün önceden olduğundan emin olun. Sürekli iletişim halinde olduğunuz veya sizi spontane arayıp bulamayınca endişelenebilecek kişiler için tüm gün ve akşam müsait olmayacağınızı bildirin. Başkalarıyla iletişim kurmak için bir Iphone, BlackBerry veya tweet kullanıyorsanız veya başka bir anlık hizmet kullanıyorsanız, bu kişilerin çevrimdışı olacağınızı ve iyi olduğunuzu bildiğinden emin olun.

Ayarlamak

Gezgin ve Rehber

• Gelecek seans için oldukça iyi hazırlanmış hissedin.

• Zamanın genel akışı ve olası türler hakkında iyi bir anlayışa sahip olun.
Bir oturum sırasında beklenen iç vizyonlar ve dış değişiklikler. • Gelecek seansla ilgili genel olarak olumlu bir zihniyete sahip olun. • Birbiriniz hakkında iyi hissedin ve onlara güvenin.

Machine Translated by Google

yolcu

• Seanstan önceki günün bir kısmını sessizce hazırlık yaparak geçirmeye özen gösterin. • Düşünce ve duygularla temas halinde olun ve olumlu beklentilere sahip olun. • Rehberle fiziksel ve duygusal olarak rahat olun. • Olağandışı veya yoğun, intihara meyilli, karanlık veya başka türlü rahatsız edici düşünceleriniz olmasın ve düşünmeyin.

ıstırabın veya kötülüğün doğasını derinlemesine araştırmak niyetindedir.

• Aşağıdakiler de dahil olmak üzere oldukça sıra dışı deneyimler yaşamaya hazır olun : farklı gerçekleri veya tarihi dönemleri deneyimlemek; her iki cinsiyetten de farklı bir bedende olmak; hayvan, bitki veya mikroorganizma olmak; kendi doğumunu yaşamak; Tanrılar ve tanrıçalar da dahil olmak üzere çok çeşitli olası biçimlerde İlahi Olan'la karşılaşmak, ilahi

varlıklar veya aşkın ışık.

Kılavuz

• Gezgin için yürekten ve etkili bir şekilde hazır bulunma niyetinde olun. • Yaklaşan seans için duygusal ve ruhsal olarak hazır olun. • Seans sırasında dahili veya harici olarak ortaya çıkan her şeyi halletmeye hazır olun. • Yolcuda (veya kendinizde) ortaya çıkan herhangi bir korkuyla başa çıkmaya hazır olun.

nezaket ve mevcudiyet.

• Yolcunun sorunları, ilişkileri ve

kişisel tarih.

• Yolcunun hedefle buluşması için sonsuz sayıda yol olduğunu anlayın.

İlahi.

• Yolcunun intihara meyilli, karanlık veya başka türlü rahatsız edici düşünceleri olmadığını ve ıstırabın veya kötülüğün doğasını derinlemesine araştırmak niyetinde değil.

• Belirli bir nedenden dolayı veya sezgisel bir içgüdüye dayanarak seansı iptal etmeye veya ertelemeye istekli olun. • Kendiniz ve yolcu arasındaki mevcut güven seviyesini kontrol edin.

Machine Translated by Google

Ayar

Gezgin ve Rehber

• Özel, güvenli ve rahat bir kapalı alana sahip olduğunuzdan emin olun.
oturumun süresi.

• voyagtf 4 7 rahat yerlerin – kanepeler, yataklar, kilimler – olduğundan emin olun.
uzanabilir, oturabilir ve takılabilir.

• Yumuşak yastık ve battaniye bulundurun. • Müzik özelliği:
Voyager'ın tercihine göre kulaklık, kulak içi kulaklık veya hoparlör bulundurun. • Gözler için siperlik, göz yastığı ve katlanmış
bir bez veya atkı bulundurun

kapalı müzik dinleme. • İstenirse
çiçek ve mum bulundurun. • Yolcu ve rehber için su bulundurun. •
Yeterli tuvalet olanaklarına erişiminiz olsun. • Elektronik cihazları (telefonlar
dahil) sessize alın veya kapatın. • Diğer harici kesintilerin olasılığını en aza
indirin. • İstenirse, yolcunun kullanımı için sanat malzemeleri, dergiler ve diğer
yaratıcı araçları hazır bulundurun. Ayrıca aile fotoğrafları, ayna, sanatsal nesneler,
çiçekler ve

diğer güzel doğal veya insan yapımı nesneler mevcuttur.

• Seansın son bölümünde açık havanın güvenli bir şekilde erişilebilir olup olmayacağı konusunda anlaşın.

yolcu

• Yeterince ve rahat giyinin ve sıcak tutan katmanlara sahip olun. • Müzikle ilgili kılavuza danışın ve istenirse
kılavuza belirli bilgileri sağlayın.
müzikal istekler ve seçimler.

Machine Translated by Google

Kılavuz

• Alan ve genel ortam hakkında iyi hissedin. • Seans süresince kişisel
yiyecek, içecek ve diğer ihtiyaçları sağlayın. • Müzik konusunda yolcuya danışın. • Seansın farklı aşamaları için uygun
müzik bulundurun.

Madde

Voyager ve Rehber •
İstenen entheogen ve doz üzerinde anlaşın. •
Entheojeni güvenilir bir kaynaktan elde ettiniz.

yolcu

• Seçilen dozda entheojenin olası genel etkilerini anlayın. • Sessiz olmaya ve entheojen ilkinde etkisini gösterdiği
için uzanmaya hazır olun.
yirmi dakika ila bir saat.

Kılavuz

• Doğru dozu ölçmek ve uygulamak için yeterli bir yola sahip olun. • Yolcu hareket halindeyse veya ilk saatten
sonra dozu önemli ölçüde düşük görünüyorsa, muhtemelen bir destek dozu uygulayın. • İki saat sonra, destek dozu olsun ya
da olmasın, yolcu derinlerde değilse,

Enteojenik düzeyde bir seans için basmaya DEVAM ETMEYİN.

Oturum

Gezgin ve Rehber

• Gelecek seansın süresi için hazırlıklı, olumlu ve genel olarak hazır olun.

Machine Translated by Google

• Yolcunun veya rehberin ani, yoğun önsezileri veya şüpheleri varsa8
Yaklaşan oturumla devam etmekle ilgili, iptal edin veya erteleyin.
• Entheogen uygulandıkça kasıtlı, kutsal bir alan yaratın. • Gereksiz görüşmeleri minimumda tutmayı kabul
edin. • Seansın sonunda yolcuya bakması için uygun bir bakıcı bulundurun

ve seanstan sonra.

yolcu

• Seanstan önce hafif yiyin veya hiç yemeyin. • Seansta ilerlemek
için fiziksel olarak iyi (veya yeterince iyi) hissedin. • Çalışma sırasında rehberlik almaya ve rehberden
yardım almaya hazır olun.
oturum.
• Uzanmaya, müzik dinlemeye, nefesinizi gözlemlemeye ve dikkat etmeye hazır olun.
vücuttaki herhangi bir duyuma.
• Seansla ilgili beklentileri ve kişisel kaygıları bırakmaya hazır olun
ilişkiler, kişisel sorunlar ve alışkanlıklar hakkında.
• Her deneyim, duygu veya görsel olayı gerçekleştiği anda bırakmaya hazır olun. • Kişisel kimliğinizi bırakmaya ve fiziksel
sınırlara izin vermeye hazır olun.
çözün.
• Gerçekliğin diğer boyutlarıyla ilgili farkındalığınızı deneyimlemeye ve derinleştirmeye hazır olun. • İstediğiniz zaman rehberden yardım,
yardım veya geri bildirim istemeye istekli olun ve rehberin talimatlarına güvenin. • Seansın sonuna doğru yeniden bütünleşmeye hazır
olun.

Kılavuz

• Yolcuya özel, gerekli yardım ve rehberlik sağlamaya hazır olun, örneğin:
nazik bir dokunuş ve derin nefes alma önerisi.
• Yolcunun tuvalete gitmesine ve tuvalete gitmesine yardım etmeye hazır olun.

Machine Translated by Google

- Yolcunun elini tutmaya ve aksi takdirde destekleyici olmaya hazır olun,
  sözsüz temas.
- Tuvaleti kullanmak veya başka bir şey yapmak için kısa süreliğine ayrılmanız gerekiyorsa, ayrıldığınızı ve
  döndüğünüzü yolcuya bildirmeyi unutmayın.
- Genel akışa uymaya, yolcunun içgüdülerine güvenmeye ve
  makul ve mümkün olduğunda yolcunun belirtilen arzularını yerine getirmek. • Seanstan önce veya seans
sırasında bilinç değiştirici ilaçlar almayın. • Herhangi bir "yüksek temas" ile deneyimlemeye ve uygun şekilde
başa çıkmaya hazır olun. • İstense bile cinsel bir davranışta bulunmayı reddetmek. • Yolcunun gördüklerini ve
deneyimlediklerini, eğer 9'u yeniden ifade ederek veya özetleyerek doğrulayın.

  basit dil.
- Yolcuyu "Evet!
  iyi. Daha fazlasını öğrenmek ister misin?"
• İstendiğinde yolcunun kişisel fotoğraflarını göstermeye hazır olun. • Yolcunun isteği üzerine
elektronik kayıt yapmaya veya not almaya hazır olun.

Seans Sonrası Durum ve Bakıcı

Gezgin ve Rehber

- Seans sonrası bakıcı, ideal olarak psychedelic deneyimi olan bir arkadaş veya akraba, önceden belirlenmeli
  ve kararlaştırılan zamanda gelmelidir.
- Bakıcı, işinin yolcuyu seyahati sırasında tam olarak desteklemek olduğunu anlar.
  oturum sonrası yeniden entegrasyon dönemi.
- Bakıcı ile istişare halinde, ilk seans sonrası yeniden entegrasyon dönemi için ve yolcunun normal koşullarına
  geri dönmesine yardımcı olacak bir plan yürürlüktedir.

- Bakıcı ile istişare halinde, yolcuya bir ışık sunmak için bir plan hazırlanmalıdır.
  Seanstan sonra yemek.

Machine Translated by Google

yolcu

• Oturumdan sonraki günü içgörüleri ve deneyimleri bütünleştirerek geçirmeye hazır olun. • Toksikliği hemen durdurmak dışında önemli yaşam kararları vermeyecektir
davranışlar—en azından ilk birkaç hafta için.

• Arkadaşlardan, bakıcıdan ve rehberden yeterli seans sonrası desteği alın,
gerekirse.

• Başka bir entheojenik seanstan önce en az altı ay beklemeye hazır olun.

Kılavuz

• Yolcunun bakıcıyla birlikte bırakılmaya uygun durumda olduğundan emin olun. • Yolcunun, aşağıdakiler açısından uygun bir destek sistemine sahip olduğundan emin olun.
aile, arkadaşlar, işteki insanlar, dini grup desteği, terapistler ve manevi öğretmenler.

• Seanstan hemen sonra yardımcı olmak için yolcuyla en az bir kez buluşmaya hazır olun.
yeniden entegrasyon sürecini tamamlayın.

Oturma

• Dinlemeye hazır olun ve öneride bulunmayın, sözünü kesmeyin veya yorumlamayın. • Yolcu hala içsel çalışma yapıyor olabileceğinden, uzun sessizliklere izin vermeyi kabul edin. • Yolcunun yatmaya, uyumaya veya dinlenmeye hazırlanmasına yardım etmeyi kabul edin. • Yolcuyu gece yalnız bırakmamayı, ancak gemiden ayrılabileceğinizi kabul edin.

Arkadaşlarınızla veya ailenizle gezgin.

Machine Translated by Google

LSD'NİN ÖTESİNDE— ÇOK ÖTESİNDE

Ayahuasca Seansları ve Karanlık İnziva Yeri

MICHAEL WIESE, "ANATOLE" ve LINDSEY VON A

L SD ve ilgili psychedelics, bir dizi deneyim açar. Bu bölümdeki raporlar, insanların önemli bir deneyim yelpazesini keşfetmek için başka yolları nasıl kullandıklarını gösterir. Bu raporların her biri arkadaşlara bir mektup olarak başladı. Her biri bir tanımlıyor

dönüşüm yolculuğu. Her yazarın diğer psychedelics ile önceden deneyimi vardı. İlk ikisi şamanist rehberlik altında alınan ayahuasca hakkında; üçüncüsü ise hiç madde verilmeden zifiri karanlıkta geçirilen uzun bir sürenin etkisiyle ilgilidir.

Ayahuasca

Michael Wiese

Michael Wiese saygın bir belgesel yapımcısı, eski bir televizyon ve film yöneticisi ve film ve video oluşturma ve prodüksiyonu hakkında kitapların önde gelen yayıncısı olan Michael Wiese Productions'ın (www.MWP.com) sahibi ve yayıncısıdır. Ayahuasca ile ilk iki deneyiminden sonra bir arkadaş çevresine bir rapor yazdı. Buraya "bölüm 1" olarak dahil edilmek üzere biraz kısaltılmıştır. Bir yıl sonra, Wiese sonraki bir oturum hakkında buraya "bölüm 2" olarak dahil edilen başka bir rapor yazdı .

Wiese o zamandan beri The Shaman and Ayahuasca: Journeys to Sacred Realms adlı bir film yaptı ve bu eserle ilgili bir röportaj kitabı yayınlıyor.1 Ailesiyle birlikte Cornwall, İngiltere'de yaşıyor.

Bölüm Bir

Machine Translated by Google

İkinci Yolculuk Şaman
çıngırağı sallar. Nefes nefese ıslık çalıyor. Baştan çıkarıcı sesi, beynimde açıklıklar yaratan güzel ve ürkütücü icaros (şarkılar) ile içimi örüyor. Niyetime odaklanmayı hatırlıyorum. öğrenmek için buradayım. Daha derine inmek için yavaşça nefes alıp veriyorum. Ayahuasca Ana'nın kumlu, pekmez kıvamındaki ilacının karnımda, karaciğerimde ve böbreklerimde dalgalandığını ve ardından omurgamı beynime doğru fırlattığını hissediyorum. O mevcut. Sormanın zamanı geldi. Bence, "Bana İlahi Aşkı göster."

İlk başta soluk, neredeyse hiç renk doygunluğu olmayan geometrik görüntüler ortaya çıkıyor. Parlarlar ve bir şey olurlar. Sarı, şeftali rengi bir gazlı bez görüyorum. Arkasında bir şey olduğunu hissediyorum. Ayahuasca Ana perdeyi yavaşça geri çekerek yumuşak sarı bir odayı ortaya çıkarıyor. kreş olduğunu anladım. Merak beni yakınlaştırır. Bu muhteşem vizyona odaklanmaya çalışıyorum.

Daha yakından baktığımda, rahim gibi, güvenli ve rahatlatıcı bir oda görüyorum. Ne garip. Wh35 1
Bana bir kreş gösterir mi? Ve alfabenin ilk AB-C harflerini gösterebilen veya yeni gelen için hayali bir cep telefonu gösterebilen herhangi bir çocuk odası gibi, bunun da okul öncesi öğretileri var. Her yerde, bu odada, çocuğun tarih öncesine giden tüm atalarının desteği ve sevgisi var.

Odaya girdiğimde, bu kreşin tasarımcılarının, kısa bir süre sonra gelecek olan varlık için en fantastik ve ayrıntılı oymaları - kısa solukluklar dışında gözün alamayacağı kadar geniş - hazırladığını görmeye başlıyorum. Kutsalı görün! Tam ve tam bir hayranlık!

Oymalar mükemmel ve görebildiğim kadarıyla uzanıyor. Sanki on bin yıl boyunca bir kral tarafından on bin zanaatkâra oyma emri verilmiş gibi. Gibi Gibi
Evrenin en başarılı zanaatkarlarının nesillerine, bir İlahi
Çocuk geliyor ve odayı hazırlamak için. Ve bunu yaptılar. Benim gördüğüm bu.

Bu karmaşık oymalar - Tac Mahal'inkinden çok daha gelişmiş.
Yasak Şehir—Sanskritçe, Mısırca, İbranice, Arapça ve tanımadığım diğer birçok metindeki kutsal yazılardır. Duvarlar, çocuğun hayatında özümseyeceği bilgilerle dolu. Hepsini almaya ve hatırlamaya çalışıyorum çünkü orası şimdiye kadar bulunduğum en olağanüstü yer - cennet gibi bir saray.

Machine Translated by Google

Odaya yaklaştım ve odayı çevreleyen ve koruyan iki büyük siyah boanın nefes alan varlığını hissedebiliyorum. Onları göremiyorum ama sıcak, derin elektrik uğultularını hissedebiliyorum. Kendi kendime "Ah harika, dev yılanlar" diye düşünüyorum. Onları görüp dehşete düşmekten korkuyorum. Ama tekrar nefes aldığımda, olmadığımı anlıyorum. Dev Yılanlar Çocuğu korumak için buradalar. "Peki Çocuk kim?" Soruyorum.

"Bu oda senin için. Sen Çocuksun."

Bunaldım, şok oldum, şaşkınım. Hiçbir kelime bu duyguyu tarif edemez! Ben Büyük Anne Ayahuasca'nın sevgisine layıkım! En muhteşem yaratıcılığını benim için bu odayı hazırlamak ve yaratmak için harcadı!

Hepsini içeri almaya çalışıyorum. Odanın uzak tarafta genişlediğini fark ettim. Aynı mükemmel işçilik ve niyetle inşa edilmiş bütün bir şehir manzarasını görebiliyorum. Bu binlerce, milyonlarca odadan sadece biri! Çocuğa karşı cömertliğinde hiçbir şey bağışlanmaz.

İkinci, daha derin bir farkındalık dalgası üzerime geliyor. Tüm insanlar İlahi Çocuklardır
Hepimiz için sağlar. Zaten bir Cennette yaşıyoruz!

Saatler sonra, görüntü kaybolduğunda ve oturduğum yeşil alana, kazları ve dört kaz yavrusuyla dolu gölete ve ötesindeki ormana baktığımda, her yaprağı odadaki oyma detay gibi bir şaheser görüyorum. . Anne Ayahuasca, aynı sevgiyi ve yaratıcılığı tüm insan yaşamı için yiyecek ve güzellik sağlamaya akıttı. Enfes bir cennette yaşıyoruz. Kutsal Dünyamız için takdirle dizlerimizin üzerine çökmeliyiz ve

Evren.

İlk Yolculuk Bu çocuk
odası birçok vizyondan biriydi. İlk önce onun hakkında yazdım çünkü vizyonların en zarif, nazik ve güzeliydi. Ayahuasca da çok karanlık getirebilir ve
korkunç vizyonlar

İlk yolculuk o kadar büyük bir enerjiyle doluydu ki dengede kalamadım. Bir tsunaminin gücü beni yıkadı ve saatlerce devam etti. Bir güzelle başladı
mücevher manzarası ve son derece dalgalı yılanlardan oluşan dokuma elektronik battaniye

Machine Translated by Google

cafcaflı turuncu ve yeşil renkler. Ayahuasca'nın sanat zevkinde incelikli bir şey yok!
Detay inanılmazdı ve izlenecek çok fazla şey vardı.

Manzarayı ilk gördüğümde, kendime bakmanın ne kadar güzel olduğunu düşündüm. Tam o sırada vizyonla benim aramdaki ilişki değişti. Konu ve nesne birleştirildi.
Dualite gitmişti. Ben vizyondum . Gördüğüm enerjinin , mücevherlerin ve yılanların ağıydım.

İşte o zaman tarama başladı. Sanki ilaç fabrikasının birçok varlığı çalışıyordu ve ben onları göremesem de vücudum taranıyor, dev bir peynir rendesi ile her yönden dilimleniyor ve küp küp doğranıyordu. Daha sonra, tarif ettiğim şeyin bir uzaylı kaçırma olarak yorumlanabileceğini fark ettim.

Korkutucu değildi ama bunaltıcıydı. Kesinlikle ne bildiklerini umuyordum
yapıyordu. DNA'm, tüm işletim sistemim yeniden programlanıyordu ve hızlı bir şekilde.
Her hücrede milyarlarca terabayt bilgi gidip geliyordu.

Merkezde kalmaya çalışarak nefes aldım. Bitkiye sorular sorabildiğimi ve sözlü, görsel veya telepatik olarak anında cevaplar alabileceğimi keşfettim. Ama o kadar çok enerji vardı ki, çoğu zaman bir usta-öğrenci sohbeti yürütmeyi denemeyi3, dalgada sörf yapmak için yapabildiğim tek şey buydu . Hatırlamadığım çok büyük bir miktar var.

Bir süre sonra, organik yeşil ve ten rengi varlıkların başka görüntülerini gördüm. İlk başta ışık güzeldi ama gölgelerin derinliklerine baktığımda gerçek bir kötülük vardı ve bu korkunçtu ve bakmamaya çalıştım. Yanlış. Öğretilen ders, iyi ve kötünün aynı şeyin parçası olduğu ve hoşunuza gitsin ya da gitmesin ikililik dünyasına bir paket anlaşma olarak geldikleriydi. Bunu kabul etmeye ve aydınlanma ile nefes almaya çalıştım ve öğrendiklerimden hoşlanmasam da doğru olduğunu gördüm.

Bir süre sonra, siyah, bulanık, dumanlı bir cehenneme - kazıma elektroniği dünyalarına girdim.
sesler ve metaller. Çocukların Cadılar Bayramı'nda yaktığı kara yılanlardan biri gibi dumanlı bir madde yükseldi. Toksinlerimin hücresel düzeyde salındığını görüyor olabilirim.

Gece boyunca etrafımda diğer otuz katılımcının bağırsaklarını kusan sesleri vardı. İnsanlar içeri girerken canavarlar gibi hırlıyor ve böğürüyordu.

Machine Translated by Google

onların kovaları. Onlara sevgi ve şefkat vermeye çalıştım ve bize talimat verildiği gibi, onların dramalarına kapılmamaya çalıştım çünkü benim ilgilenmem gereken kendi işim vardı - bu benim sorumluluğumdu. Kişinin nefes almasına ve niyetine (öğrenmek istediği şeye) odaklanmadan, yönünün şaşırması çok kolaydır.

Her zaman, enerji bir yangın hortumu gibi içime aktı ve beni yumrukladı,
o kadar ki enerjimin tükeneceğini ve gerçekten yok olacağımı hissettim.
Yarım nilüferde dik oturmaya ve nefes alıp vermeye çalıştım. Sonraki dört veya beş saat boyunca midem bulandı ve birkaç kez kustum. Ama çok az şey çıktı çünkü önceden çok az yemiştim, bu yüzden muhtemelen organlarımdaki toksinler temizlendi.

Bir keresinde kovaya eğildiğimde ağzımdan parlak renkli inciler - pop boncuklar gibi - çıktı. Enerji seli beni dövmeye devam etti. Bazen bir nefeslik bir mola ve sonra tekrar ona geri dönecekti. Yaratıcılık ve Yıkım kuvvetinin birleşimiyle aynı olan bu güce karşı koyacak kimse yoktur. Her şey sürekli doğuyor ve ölüyor. Bu güç her şeyi var eder ve ölümde geri dönüştürür. Doğrudan Evrenin ana güç akımına bağlandım. Tüm Güçlü bunu tarif etmez. Massive'ın Ötesinde! Ve sürekli içimden geçiyor. ben onun bir parçasıyım; her şey onun bir parçası. Varlığımız buna bağlıdır.

Bir Mobius şeridindeydim, ölüyordum ve tekrar tekrar ve tekrar ve tekrar tekrar doğuyordum...
Acı verici, korkutucu ve baş döndürücüydü ve kontrolden çıkmış bir karnaval yolculuğu gibi, ne kadar yalvarsam da operatör beni bırakmıyordu.
kabus gibi.
Başaramayacağımdan emindim. Hiçbir şeyim kalmamıştı. Yine de, sonuma tutunmak için savaştım
enerji damlası, ancak ayahuasca karşısında -en güçlüsü- direnç boşunadır.
Tören sona erdiğinde, ağır bir sarhoşluk içinde, titreyerek odama geri döndüm.
ve dokuma ve baş dönmesi yatağa düştü. Ama vizyonlar devam etti ve ben
yedi saat daha dövüldü. Bu kadar az yemenin aptalca olduğunu anladım
Seanstan önce yakıtım ve rezervim olmadığı için. susuz hissediyordum ama
Başucundaki şişeye birkaç santim ulaşamayacak kadar zayıf ve hastaydı. Aldı

Machine Translated by Google

ulaşmak ve birkaç damla emmek için muazzam bir güç. Kendimi hayata döndürmezsem şafağa kadar ölmüş olacağımı hissettim. Birinin şamanı almasını ve yolculuğu bitirmesini istedim ve yakındaki diğerlerini duyabilmeme rağmen onlara seslenemeyecek kadar zayıf, ölümün eşiğindeydim. Sabah 7:00'de vizyonlar durdu. Yolculuk on iki acımasız saat sürmüştü, Dünya zamanından kısaydı - deneyimsel zamanda bir sonsuzluk.

Gün boyunca zayıftım ve herkese defalarca yemin ettim, "Asla yapmayacağım,
bir daha asla, asla bunu bir daha yapma."

Bir noktada, tüm DN A'mın yeniden programlandığını fark ettiğimde çok paranoyak oldum.
Sabit diskimin silindiğini hissettim ve uzaylılar tarafından kurulmuş yepyeni bir işletim sistemim vardı. Her şeyin büyük bir komplo olduğunu hissettim -arkadaşlarım beni şamanla tanıştırdı, edebiyat tamamen propagandaydı- ve şimdi önceki hayatım yok olmuştu ve ben de onlardan biriydim.

Pazar günü başka bir oturum vardı. Arkadaşlarıma ve şamana olanları ve bunu bir daha yapmayacağımı, gücümün olmadığını anlattım. Zihnimde zayıflık, kendimi küçük ve yetersiz hissetme alanındaydım. içinde bana işaret edildi

Aslında hayatta kaldım, içimdeki savaşçı eve döndü. Gerçekten değişmiştim. ben&5
Beni eski inançlardan, alışkanlıklardan ve olumsuz düşünceden kurtaran sayısız içgörü.
Hazineler gerçekten de korkunç mücadelelere değerdi. Yeraltı Dünyasına Gidiyor, Yüce Çileyi Yaşıyor, Diriliş ve İksir ile Geri Dönüyordu. Joseph Campbell / Christopher Vogler mitik paradigması çok güçlü çünkü

gerçek anlaşmayı ifade eder.

Ama hayatta kaldım, bu yüzden gücüm olmalı. Yine de korkunç bir yolculuktu ve hayatımda yaptığım en zor şeydi. Sadece bir aptal tekrar üye olur. Teorim, bitki ilacını almadan önce iki veya üç hafta çiğ sebze diyetinde kaldığım için ayahuasca'nın aç karnına yoğun ve hızlı bir şekilde çalıştığıydı. (Bu nedenle, temizleme sırasında çok az şey ortaya çıktı.) Tören sırasında ilacı en son içenlerden biri olmama rağmen, ilk başlayanlardan biriydim.

seyahat.

Machine Translated by Google

Şaman, tekrar yapmak istersem daha az doz almamı önerdi. Ama ben istemedim
tekrar yapmak için! Hiçbir zaman! Zaten bir ömür boyu işleyecek kadar içeriğim vardı.

Ama gücümü toplayıp haftalardır ilk kez gerçek bir yemek yediğimde, kendime olan güvenim yerine geldi. Tanrılar, iblisler, periler, ruhlar, atalar ve mitolojik canavarlarla dolu bu çok boyutlu Evrene bir an için bile izin verilmesi büyük bir ayrıcalıktır. Mit ve efsanede anlatılan her şey gerçektir ve bu yaratıklar Evreni paralel bir boyutta paylaşan sakinlerin sadece bir kıymığıdır. Sıradan bilincimin uykuda olduğunu, farkında olmadığını, bağımlılık ve alışkanlık kalıplarına kapıldığını fark ettim. Ayahuasca bunun üstesinden gelir ve kozmik sert bir aşkla sizi gerçekliğin gerçek doğasına giden hızlı bir trene götürür. Sizden "oyununuzu geliştirmenizi", doğuştan gelen hakkınızı devralmanızı ve kendi kutsal ve ilahi doğanızda olduğunuz her şey olmanızı talep ediyor. Hepimizin yapmak istediği bu değil mi?

Zorlukla yüzleşmem ve şifa veren ilacı tekrar almam gerektiğini biliyordum. Yani - o zamandan beri
tamamen "ayarlamak ve ayarlamak" ve yolculuğa çıkmadan önce kendi zihinsel durumunuzu hazırlamakla ilgili, kendi yarattığım zayıflık imajımı bırakmak için elimden gelenin en iyisini yaptım ve sadece bunun için gittim.

En azından bir film yapımcısı olarak doğru ortamı seçtiğimin farkındayım. Kelimeler cann(?§6
ne olduğunu anlat. Bu deneyimi "dillendiremezsiniz". Onaylanabilir göründüğümü biliyorum, ama değilim. Daha önce İlahi Çocuk ya da Büyük Anne Ayahuasca gibi bir dil kullanmadım ama bu deneyimi çerçevelemek uygun görünüyor.

Şaman ve diğer katılımcılarla geçirdiğim dört gün boyunca inanılmaz bir sevgi ve kabul duygusu vardı. Aklım genellikle yargılarla dolu—
her şeyi bir şekilde yargılamak, kendimi diğerlerinden ayırmak. Ana öğreti, hepimizin aynı şeyin parçası olduğumuzdur. Vücudumuz cildimizde bitmiyor; kozmos boyunca uzanırlar. Biz Dünya'da yaşamıyoruz; biz Dünya'yız. Ayrı değiliz ve bunu anlayana kadar acı çekeceğiz, o zaman gerçek şifamız başlar.

Bölüm iki

Üçüncü Yolculuk

Machine Translated by Google

Ayahuasca'nın bizde açtığı boyutları daha iyi anlama arzumuzun bir sonucu olarak, karım ve ben aynı şamanım Don Jose Campos'a Peru'ya davet edildik.

Varışımızdan kısa bir süre sonra şaman, bizi görüşme sürecine hazırlamak için özel bir tören düzenledi. Bedenim diğer boyutlara girmek için çok az bitki ilacı gerektirdiğinden, küçük bir doz uyarısı aldım. Niyetim biraz sağlık üzerinde çalışmaktı.
sorunlar, bu yüzden yolculuğumun yüzde 90'ı iyileşmeye odaklandı.

Yaklaşık kırk dakika sonra, vizyonlar görmeye başladım. Şifa Salonları olarak tanıdığım geniş göksel koridorlar, yumuşak maviler ve menekşeler içinde göründü. Sütunlar bulutlu göklere yükseldi. Herhangi bir "tanrı" görmemiş veya herhangi bir varlıkla karşılaşmamış olsam da, bu
kesinlikle onların alanı.

Don Jose tarafından söylenen icaros ve şarkıcı-gitarist Artur Mena Salas'ın (Perulu bir kayıt sanatçısı) ek şarkılarının töreninin tam ortasında , tropikal bir şimşek ve fırtına çağrıldı. Dairesel boşlukta, içinden uçan bir ruh sürüsü gibi gelen bir rüzgar esti. Sonra tanrılar oynamaya başladı. Şimşek çaktı, ardından şimşekler çaktı, parlamanın ardından giderek yaklaşıyordu. Enerji olağanüstüydü.

Sağanak bir sağanak etrafımızı saran ağaçları salladı.

Fırtınanın zirvesinde, derin bir mahzene girme hayalleri gördüm. Kara kutuları birer birer kaldırmak ve çıkarmak için derin nefes alma çalışmaları yaptım. Çok ağırlardı, nefes alarak onları bodrumdan 7 sterlinlik zemin kata kaldırabileceğimi keşfetmiş olmama rağmen. Kaldırmayı gök gürlemeleriyle ve onların enerji salıvermeleriyle senkronize edersem daha da fazla iş yapabileceğimi buldum. Fırtına arınmama yardım ediyor gibiydi.

Saatlerce kutuları kaldırmak gibi görünen bir süreden sonra, sadece bir ya da iki tane kaldığına memnun oldum.
taşımak. Ama sonra zeminin altında daha fazla siyahla dolu gizli bir mağara keşfettim.
kutular! Bunun artık ihtiyacım olmayan ve sonunda özgür olabileceğim bir içerik olduğunu anladım. İçinde ne olduğunu görmek için bir kutuyu açmaya en ufak bir arzum yoktu. Artık benim için bir değeri yoktu. Artık şansım varken ondan kurtulmak istiyordum. Böylece, nefes nefese, Sihirbazın Çırağı'ndaki süpürge sahnesi gibi, kendimi toparlayana kadar kutuları kaldırdım.
yorgun ve daha fazlası yoktu.

Machine Translated by Google

Törenin bir noktasında bitki öğretmenine Budaları ve
bodhisattvalar ve bir an için, evet, onları , Görüneceklerinden emindim ama sonra mesajı aldım.
görecektim, ama şimdi değil çünkü hazır değildim. Yeterince adil.

Diğer herkes benden bir veya iki saat önce normal bilince dönmüştü.
(Daha da küçük dozları denemeliyim!) Birkaç kez gözlerimi açtığımda, şaman parfüm suyu serpiyor, beni canlandırmaya
çalışıyor, "Geri döndün mü?" diye sordu. Hayır dedim gözlerimi kapattım ve işime geri döndüm. Bir noktada, yeterince
sahip olduğumu hissederek verdi
bana tadı tuzu olan bir limon. On dakika sonra geri döndüm ve etrafta dolaşabildim.
doğal olarak.

Yolculuğun sonuna doğru, beni içine çekmek için çok baştan çıkarıcı bir şekilde açılan elektrik yeşili yılan benzeri
dokumalar gördüm. Bu zümrüt kozmik Cuisinart tarafından yok edilmekten korkarak, onu durdurmak için gözlerimi
açtım, sonra kapattım. puan
süreç yeniden başlayacaktı. Görüntülere teslim olmam ve beni almalarına izin vermem gerekiyordu.
Vizyon aynı anda benim görüşüm, bedenim ve Evrendeki ve ötesindeki her şeydi: tek bir enerji, uzay ve farkındalık
karışımı. Ne kadar zor olsa da, bitki tıbbının ana mesajı basitçe, "Bırakın," bilince katılın. Yok etme yoktur; başlangıç yok;
sonu yok.

"Anadolu"

"Anatole", Güney Carolina, Charleston'da yaşayan yetenekli bir yoga öğretmenidir. Başarılı
bir yüksek teknoloji start-up şirketinde yer aldı ve teknolojiyi genel halk için daha erişilebilir
hale getiren birkaç kitap yazdı. Onun raporu, raporunda "Aya" olarak adlandırılan
ayahuasca'nın nasıl "öğrettiğini" anlatıyor. Her öğretmeni gibi Aya da bazen bir dersi
ima ya da sadece tekrar etmeyi gerektiriyordu. Bu bir denemeydi.

Çok, çok kısa bir rapor. Çok fazla yazmak istemiyorum.

Bu, hayatımdaki en dikkate değer deneyimlerden biriydi. Şeylerden biri
Şaman, çok iyi eğitimli ve deneyimli bir rehber olarak bir rehber olarak hareket ediyor gibi görünüyor.